小粒目、はれぼったい…悩みに合わせたデカ目メイクを完全解説。

an·an



山本浩未さんがレクチャー
"あなたの目は必ず大きくなります"

150%
大きな目になる魔法のアイメイク

★常盤貴子さんのアイ・メッセージ

PART 2
あなたも予備軍?
"クーガー女"
ただいま急増中!!

370 YEN 特別定価 2009.1 No.16


しっとり肌。嫉妬されそう。



SHISEIDO
蝴蝶网
hudie.com
MAQuillAGE
Moisture Cream Foundation UV
SHISEIDO
MAQuillAGE
クリームのうるおい、8時間*つづくファンデーション。
リッチな感触なのに、軽やかなフィット感。
毛穴も色ムラもカバーして、うるおいラッピング効果でその美しさを8時間*持続させる。
狙いどおりの立体美肌、それがマキアージュのMの法則。
モイスチャー クリームファンデーション UV 8色 SPF25・PA++ スパチュラ付き 新発売
慧美网
vimee.net
うるおい8時間*持続の化粧下地。ファンデーションをどこまでも密着。
モイスチャーベース UV SPF23・PA++ 新発売
www.shiseido.co.jp/mq/ 新ファンデーションの全容は、こちらへ。
＊8時間うるおい持続データ取得済み（当社調べ。効果には個人差があります） SPFは紫外線B波を、PA
A波を防ぐ効果の度合いを示します。 お問い合わせは 0120-81-4710へ（9:00~17:00/土・日・祝日を除く） MAKEUP DATA: パーフェクトグロス BE360 / アイズクリエーター（3D）BR363 / フェースクリエーター（3D）


SHISEIDO
しっとり肌。嫉妬されそう。
パウダリーで、想像以上のうるおい感、つづく。
モイスチャーフィニッシュ パウダリー UV レフィル8色 SPF20・PA++ ケース別売 新発売
MAKEUP DATA: モイスチャールージュ（カラーオンタイプ）PK373 / アイズクリエーター（3D）PK366 / フェースクリエーター（3D）
MAQuillAGE





150%大きな目になる 魔法のアイメイク



■表紙 常盤貴子/写真・佐々木慎一
スタイリスト・大森伃佑子 ヘア&メイク・石川智恵
ファーハット 参考商品(HELEN KAMINSKI/HEL
AMINSKI OFFICE☎03・5412・0483) コットンパー
イヤリング¥4,200(petite robe noire☎03・6662・5
その他のアイテムのクレジットはP.47にあります。
■アートディレクション 荒金大典(アレフ・ゼロ)
■デザイン 今田賢志・横山富美・高梨裕子・山口か
今本彩子・北原可菜・高木 恵・窪田恵美・佐藤涼子
(アレフ・ゼロ)
■DTP・製版 株式会社ローヤル企画
■印刷 株式会社千代田グラビヤ

※マガジンハウスの出版情報は、ホームページ「マガジンワール
ご覧になれます。http://magazineworld.jp/
※本誌編集ページに掲載されている商品の価格は、
原則的に消費税(5%)込みの価格です。

おいしさと健康
Glico

あの、ミョーな箱、なに？







オトナグリ庫プレゼントキャンペーン

このマークが目印です。▼

もれなくオトナの着オトをプレゼント　さらに抽選で1,000名様にオトナグリ庫プレゼント!!

【応募方法】対象商品をご購入の上、携帯電話（iモード/EZweb/Yahoo!ケータイ）から専用サイトにアクセスし、パッケージに印字されたシリアルナンバーをご入力ください。全員に オトナの着オト を、さらに抽選で1,000名様に オトナグリ庫（からくり小箱） をプレゼント。＊キャンペーン表記のない商品は対象外です。
【応募URL】otona-glico.com 【応募締切】2010年1月7日（木）12:00まで 【お問合せ】キャンペーン事務局 06-6955-2438（土日祝を除く平日9:00～17:00）

〈対象商品〉



ディアカカオ〈クリーミー〉　ディアカカオ〈ホワイト＆ココア〉　アーモンドプレミオ　マカダミアプレミオ

OTONA GLICO

長谷川町子美術館

oyatsu

デザインも味もほんのりスイート。
レトロな地サイダーが人気です。

北は北海道から南は沖縄まで、地ビールならぬ、“地サイダー”があるって知ってる？　昔は各地域の飲料メーカーが作っていたけれど次第に姿を消し、約30年たった今、続々と復刻中。人気の理由はそのキュートなデザインと味。昭和初期に使っていたラベルを復刻させたり、ガラス瓶に王冠モチーフという昔ながらのスタイルだったり。土地それぞれの銘水で作られる、甘く爽やかな味わいに、しばし思いを馳せてみてはいかが。

友桝飲料の「スワンミニ」

上質のグラニュー糖を使い、甘さすっきり。強めの炭酸。手のひらサイズのミニボトルがキュート。95mℓ 24本ギフトボックス入り￥3,990（送料別）　佐賀県小城市牛津町牛津834　☎0952・66・0062（平日のみ9：00～17：00）　www.tomomasu.co.jp/shop001.html









八戸製氷冷蔵の「三島シトロン」

銘水と称される、八戸の三島神社付近に湧く「三島の水」を使用。大正11年の創業以来変わらない、甘さひかえめでシャープな味。330mℓ 6本入り￥750（送料別）　青森県八戸市白銀1－8－1　☎0178・33・0411（平日のみ8：00～17：00）　www.8-seihyo.co.jp/

浦野鉱泉所の「養老山麓サイダー」

カルシウムとマグネシウムが豊富な養老山麓の天然水で作ったサイダー。きめ細かい泡の炭酸はしっかり強め。軽やかな甘さであと味はすっきり。360mℓ 24本入り￥3,780（送料別）　岐阜県養老郡養老町飯ノ木284　☎0584・34・0345（平日のみ8：00～17：00）

山本本家の「京都サイダー お酒どす」

伏見の銘水「白菊水」と純米吟醸酒で作った変わり種。さっぱりとした飲み口でまろやかな甘さ。アルコール度5％。250mℓ 1本￥389（送料別）　京都府京都市伏見区油掛町36－1　☎075・611・0211（平日のみ8：30～17：00）　www.yamamotohonke.jp/

写真・柳原久子　文・池田祐美子



CHANEL



MASCARA INIMITABLE
NOIRS OBSCURS MAKEUP COLLECTION

新発売 コレクシオン "レ ヌワール" 艶やかで濃密なブラックの新マスカラをはじめとする、シャネルの黒のコレクション

毎日に便利な、今人気の16アプリケーション。

ぐるなび
無料・iPhoneさえあれば、旅行中や初めての土地でも、あなたにぴったりなレストランを見つけ、忘れられない食事を堪能できます。ぐるなびは、日本全国のレストランを隈なくカバー。予算やジャンル別に簡単にいつでも検索できます。

Tweetie
¥350・Twitterに夢中なあなたへ。Tweetieを使えば、どこからでも気軽につぶやきを送れます。しかも、写真が送れたり、GPS情報を使って近くの仲間を見つけたり、iPhoneならではの楽しさが満載。

Rolando 2
¥700・iPhone用の大ヒットアドベンチャーゲームが、さらにパワーアップ。マルチタッチディスプレイや加速度センサーを駆使して、画面をタッチしたり、傾けたり、スライドしながら最高の冒険へ飛び出そう。

いつもNAVI
¥2,800・あなたのiPhoneが、多機能GPSカーナビに。高価なカーナビと同様の、音声案内や交差点での拡大表示、自動リルートなどの機能が使えます。これからは、iPhoneさえあれば、迷うことなく目的地に辿り着けます。

タクっちゃう
無料・ちょっと疲れたので、タクシーにしようかなと思うときも、あらかじめ料金が分かれば、便利ですよね。のアプリケーションでは、出発と目的地点を入力すれば、おおよその料金が簡単に検索できます。深夜料金へもワンタッチで切り替えられます。

Convertbot
¥115・単位の計算って、意外と面倒ですよね。Convertbotなら、通貨や長さ、重さ、時間の換算はもちろん、フィート＋インチやポンド＋オンスなどの複合単位の換算も、簡単に。様々な単位の計算で、頭を悩ますことはありません。

オススメ展覧会ピックアップ
無料・たまには、ちょっとアートな週末を過ごしてみませんか？著名な美術館と博物館の展覧会スケジュールを手のひらに。日本全国の情報をカバーしているので、旅先でその土地ならではのアートに触れることも可能です。

The Sims 3
¥1,200・人気のコンピュータゲームがiPhoneに登場。自分だけのキャラクターを作り、素敵な3Dの世界を探検しましょう。もう一つの「リアル」な人生があなたを待っています。



QuickPigeon
プッシュで戻ってくる伝書鳩
無料・ランチの誘いなどの気軽な会話を、複数の仲間とメール以上に簡単にやりとりできます。相手がiPhoneでもコンピュータのメールでも構いません。受け取った相手は、YES / NOを選ぶだけ。さらに、すべてのメールをチェックすることなく、参加状況を全員が一目でチェックできます。

Mover
無料・iPhone同士での情報共有がこれまで以上に、驚くほど簡単に。指ではじくようにして、写真や連絡先をWi-Fiネットワークを通じて交換できます。マジックのようにお互いのiPhoneを移動します。

Byline
¥600・いつでも手元に、最新ニュースを。Bylineのオフライン閲覧機能なら様々な情報をすぐ手に入れることが可能。出かける前に記事を取り込んでおけば、地下鉄での通勤中などインターネット接続がない環境でも最新ニュースやお気に入りのウェブサイトをチェックできます。

QuickMark - QR Code Reader
¥230・QRコードのお得な情報を、iPhoneでも。QuickMarkでは、様々なバーコードを読み取ることができます。読み取った情報から直接電話をかけたりメールしたり電話帳に追加することも。しかも、約7カ国語のバーコードに対応しています。

App Store には、65,000以上のアプリケーションが勢ぞろい。ゲームからビジネスまで、さまざまなカテゴリーからお気に入りを見つけ、簡単にあなたのiPhoneへとダウンロードできます。アプリケーションを手に入れるたびに、あなたのiPhoneは、進化しつづけるのです。

SoftBank | iPhone 3GS

Mode

ボーイフレンドにタイダイに。大注目のトレンドデニム速報。

今シーズン、久々に種類も多く出揃ったのが、ワードローブの本命・デニム。本物のおしゃれ上級者なら、こんな定番アイテムこそ旬のデザインをしっかりと押さえておきたいもの。そこで今回は、タイダイをはじめとするニューカマーから、引き続き人気のボーイフレンドまで、秋のデニムシーンを賑わす6タイプを厳選してご紹介！　新ショップや衝撃のプチプラデニムなど、ホットなニュースが盛りだくさんです！



ボーイフレンドデニムでトラッドな装いに変化球を。

ルーズなシルエットが特徴のボーイフレンドデニム。ペイントのようなブリーチやクラッシュ加工など、トレンド要素もたっぷり凝縮。デニム¥6,993　ピーコート¥10,993　ニット¥3,990（以上アース ミュージック＆エコロジー／アース ミュージック＆エコロジー新宿☎03・3349・5676）　キャップ¥33,600（MUHLBAUER／アメリカンラグ シー プレスルーム☎03・5469・7686）　ネックレス¥11,340（デイドリーム ネイション／ビームス タイム☎03・3780・5501）　シューズ¥27,300（トゥー アンド コー／ドゥーズィエム クラス青山店☎03・5469・8868）



注目度No.1のタイダイこそ、セレブ御用達ブランドで!

リンジー・ローハンやハル・ベリーなど、海外セレブがこぞって愛用している『カレント エリオット』のタイダイデニム。デザイナーが元スタイリストというから、その個性的なセンスも納得。¥25,200（サティーン 青山☎03・5774・5021）



美発色のカラースキニーが驚きのプチプライスで登場。

美脚効果抜群のカラースキニージーンズ。全7色と豊富なカラーバリエーションも魅力。パンツ¥990（ジーユー☎0120・856・453）　ベルト¥5,040（ファンクプラス／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店☎03・5428・1894）



ハイウエストデザインでSEXYな曲線美をアピール!

ブリーチデニムのコクーンスカートは、女性らしいウエストコンシャスなシルエットが決め手。フロントに施したジップデザインもアクセント。¥12,600（ジュヌヴィエーヴ ジェイ イー／クルーン ア ソング プレスルーム☎03・3797・4003）



'80sのムードを楽しむなら、ケミカルウォッシュで決まり!

カラースキニーにケミカルウォッシュ加工を施し、より今年らしくアレンジ。ストレッチが効いていてシルエットも完璧です。ブーツインしてもかわいい。パンツ¥8,400（CHEAP MONDAY／k3 OFFICE☎03・3464・5357）　ベルト¥990（ジーユー）





秋のショートパンツはダメージ加工が勝因に。

この秋、原宿に直営店がオープンしたデニムブランド「Destroy Pub.」（☎03・6438・9444）から、ヴィンテージライクなショートパンツ（各¥18,690）がお目見え。裾からポケットを覗かせるのが、こなれた表情に仕上げるコツ。ベルト¥490（ジーユー）

　写真・佐藤正樹　スタイリスト・仮屋薗寛子　ヘア＆メイク・ナライ ユミ　モデル・TAYANE　文・菅野綾子


KOJI EYELASH
ては、目からはじまる。コージーアイラッシュ。
キスとまつげは、
長めがいい。
つ見つめられるかわからない、その目のために。
うときも、愛し合うときも、そして何気ないときも。いちばん見つめられるのは、きっと目もと。
目もとを、一瞬で魅力的にする方法。それが、コージーアイラッシュ。
げを、もっと長く、もっと印象深く。そして目は、もっと大きく、もっとかわいく。
カラだけでは叶えられなかった憧れの目もとが、いま、あなたのものに。
速効デカ目のつけまつげ
効デカ目のつけまつげ「スプリングハート」に、待望の新デザイン。
EW #09 スプリングハート アイラッシュ 09
の毛と、短いク
ロスの毛で根元を強調し、
ラス。
ライン効果 ♥♥♥
長さ ♥♥♡
濃さ
NEW #10 スプリングハート アイラッシュ 10
ストレートの長短の毛で
さりげなく長さを強調し、
上品な目元を演出。
濃さ ♥♡♡
spring heart
スプリングハート アイラッシュ
全10種 各￥399(税込)
式会社コージー本舗 TEL 03-3842-0226(平日9:00〜17:00) PC http://www.koji-honpo.co.jp モバイル http://www.kjmb.jp
hudie.com

FLAT SHOES

着こなしの主役に躍進!
フラットこそデコラ主義で行く。

ここ数年、抜け感演出の名脇役として人気を集めていたフラットシューズ。ところが今季の新作は、どれもこれも脇役だけにとどまらない強者ばかり。ビジュー、スタッズ、ストーンを大胆に盛りつけて、パーティシーンでも活躍する"ドレスシューズ"へアップグレード！　もちろん、歩きやすさは健在だから、デイリーにも引っ張りだこの予感。ベルベットやハラコ、スエードなど、この季節ならではの素材感にも注目です。



足元に"華"を咲かせる大粒ビジューにくびったけ♥

スエードにのせたアメジストカラーが女心にヒット。足指の谷間がきれいに覗く、甲浅カッティングも見逃せないポイントです。ヒール高1.5cm￥39,900（kate spade NEW YORK☎03•5467•1657）



ベルベット×ビジューでリュクス感溢れる一足に。

甲にあしらったビジューは、多面カッティングにより、ダイヤのような輝きが。深みのあるボルドーカラーも素敵。他にグレーとブラックもあり。￥37,800（ラス／ラス ジャパン☎03•5467•3020）





豹柄ハラコは見た目も履き心地もぬくぬく。

足入れにぐるっとゴムを通したとで、フィット感は抜群。ラバソールだから歩きやすいのもうしい。￥37,800（バーニーズ ニューヨーク／バーニーズ ニューヨーク新宿店☎03•3352•1200）



踵にストーンを飾れば バックスタイルも完璧!

ころんと丸みを帯びたフォルムがキュート。インソールはクッション入りで、疲れ知らずの履き心地。ヒール高1cm￥13,650（ラブ バイ サロン／ユナイテッドアローズ 丸の内店☎03•5224•8051）

ロープモチーフで秋冬もマリン気分!

複雑に絡めたロープの先に、エンブレムマークのボタンをON。暖かみのあるスエード素材は、足馴染みの良さも魅力。ヒール高1.5cm 参考商品（ポール & ジョー シスター／ルック☎03•3794•9146）



憧れブランドの一足もスタッズでロックに変貌。

スタッズとジップのリボンが辛口スパイス。こんなにエッジーでも、お馴染みの真っ赤なアウトソールが大人っぽさをキープ。￥76,650（クリスチャン ルブタン／FLOR ENT☎03•5774•1201）



おとぼけマウスが茶目っ気たっぷり。

ブランドの人気アイコンを、メタリックゴールドで華やかにブラッシュアップ。他にガンメタもあり。ヒール高1cm￥33,600（マーク バイ マーク ジェイコブス／ラブクレール銀座店☎0120•298•133）



秋冬だけのお楽しみ。ファーをフィーチャー!

ファーの中心にパールやストーンをトッピング。『パラディ ノワール×グラスウォーター』のコラボによる一足。ヒール高1.5cm￥18,690（グラスウォーター たまプラーザ店☎045•905•0714）



手の込んだ装飾でエスニックなムードに。

メタルパーツやビーズをびっしり敷き詰めエキゾティックな雰囲気を演出。ブルーとブラックも。ヒール高1cm￥13,125（JEFFREY CAMPBELL／Plush & Lush 表参道ヒルズ店☎03•3475•8212）

 写真・佐藤正樹　スタイリスト・仮屋薗寛子　文・菅野綾子



Té chichi
2009 AUTUMN
NEW SHOP
OPEN
2009 AUTUMN
Té chihci
Kawagoe atré 3F
9.18 OPEN
techichi.jp

MUSIC

コーディネートに合わせて イヤ&ヘッドホンもお着替えです。

音楽をもっともっと楽しみたいなら、ツールにだってこだわらなくっちゃ！ なかでもイヤ&ヘッドホンは人目に触れる大事な部分だからこそ、ルックス重視で選ぶのが賢い選択。最近では人気のファッションブランドからも、おしゃれなイヤ&ヘッドホンが続々登場中。なかにはオーディオメーカーとタッグを組んで、機能をより充実させた本格派も！ アクセサリーを選ぶように、その日の装いや気分に合わせてチョイスしてみて。



おしゃれなケースは部屋のアートとしても一役。

コードを固定するクリップに、ブランドお馴染みのアイコンをプリント。ケースに入れたまま飾っておいてもかわいい。緑もあり。¥3,990（ヒステリックグラマー☎03・3478・8471）



鮮やかなパープルで顔まわりがぱっと明るく。

スクエアフォルムのヘッドホンは、スウェーデン発『WeSC』（ペリカン☎06・6241・8699）から。耳を優しく包み込む大きめのカップがうれしい。ブラックもあり。¥13,650



専用ポーチ付きで持ち運びも楽々！

オーディオブランド『JBL』とのコラボモデルなだけあって、音質の良さはお墨付き。ブルー×グリーンも。¥9,980（ROXY／クイックシルバー・ジャパン☎0120・32・9190）



星座別のラッキーカラーで見た目も心もハッピーに！

星座別のラッキーカラーは占術研究家・マギーさんが監修。光り輝くジルコニアも◎。全12色。HJF5 オープン価格（パナソニックお客様ご相談センター☎0120・878・365）



スワロフスキーの装飾は宝石にも負けない存在感。

スワロフスキーを使ったアクセサリーを得意とする『イマノエル』（☎06・6281・0144）のイヤホンは、安定感のある耳掛け式。他にレオパードとゼブラ柄もあり。¥12,600



コードの隅々にまでラインストーンがびっしり。

ケーブルジュエリーという名の通り、ひと際華やかな仕上がりに。他にレースやファーなども。各¥12,600（BLESS × audio-technica × CHikazawa／Diptrics☎03・3409・0089）



ポップなスタープリントは着こなしのアクセントにぴったり！

ビビッドなイエローを纏ったヘッドホン（¥3,675 11月発売予定）は、原宿にオンリーショップをオープンしたばかりの『mix-style』（☎03・6459・2927）から。イヤカップに施されたクッションのおかげで、つけ心地も軽やか。ブラウス¥18,900（ポール & ジョー シスター／ルック☎03・3794・9146）



ヒッピーなバンダナ柄に周囲の視線も釘づけです。

イヤカップの中心に、リズムを刻む男性のシルエットが！ 音量調整できるリモコン付き。¥14,700（SKULL CANDY／Vulture JOURNAL STANDARD☎03・5728・2214）



3サイズのイヤピースが抜群のフィット感をお約束。

耳にぴったりフィットするよう、S、M、L、3サイズのイヤピースを付属。キューブ型のケースもキュート！ 他にブルーやグリーンなど全16種展開。¥2,520（mix-style）

 写真・佐藤正樹　スタイリスト・仮屋薗寛子　ヘア&メイク・ナライ ユミ　モデル・TAYANE　文・菅野綾子


毎日の下着ケア♪
LAURIER
ロリエ
きれいスタイル
気分で選ぶ、毎日の下着ケア♪
New
リラックス気分
ヒーリングフラワーの香り
ハッピー気分
スパークリングフルーツの香り
きちんと気分
無香料
スマート気分
消臭
Ag
ナチュラル気分
天然コットン100%
エアスルー素材で、肌さらっと快適
エアスルーで、肌さらっと快適
ピュアコットンで、敏感肌にもやさしい
80コ入
68コ入
52コ入
Kao



LAURIER
ロリエ
New
“気分”で選ぶ
きれいスタイル
お気に入りのランジェリーを
いつもきれいに身につけたいなら“きれいスタイル”。
肌もさらっと快適で、一日を気持ちよく過ごせます。
香水やアクセサリーを選ぶみたいに、気分で選べる5タイプ。
下着ケアがもっともっと楽しくなりそう！
ジした“AMO'S STYLE”の新作ランジェリーを抽選で合計500名様に。
ちらのＱＲコードからアクセス、または、「きれいスタイル」で検索してね！
2009年10月31日（土）まで。
情報サイト I LOVE SHITAGI.com オープン★ www.i-love-s.com

なたの目は必ず「大きくなる」

目を作る最強テク。



写真・山口徹花　ヘア＆メイク・山本浩未　スタイリスト・仮屋薗寛子　モデル・菖蒲　歩　大屋たまき　イラスト・窪田 睦　文・髙橋美智子　内田芙美

悩み別アイメイク

山本浩未さんが教えてくれた

150%大きな

“メイクのコツを知れば、もっともっと目は大きくなる!”と山本浩未さん。アイシャドウ、アイライナー、マスカラを効果的に使えば、今よりも5割増しのデカ目に。そのテクニックを、細目、小粒目など悩み別に解説。さらに、最強アイテム“つけまつ毛”攻略法も伝授!



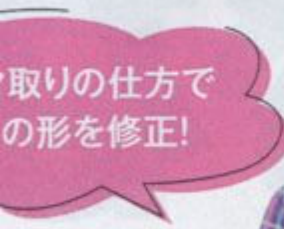
メイクって一言でいえば〝目の錯覚効果〟。その錯覚効果が、自分の目や顔立ちのコンプレックスを解決するのにとっても役に立つの！　目を大きくしたいなら、まぶたとまつ毛、目の形そのものを錯覚効果で大きくすることが可能。例えば、まぶたのグラデーションで目を立体的に大きく見せることができるし、アイライナーで目のワクを縁取ればくっきり大きくなるし、まつ毛を矢印に見立てれば、広げ方次第で目をぱっちり大きく見せることができちゃう！

そんなアイメイクの〝基本的なカラクリ〟を知ると、コンプレックス解消だけでなく、自分のなりたいイメージになれるし、ファッションや目的に合わせて印象をチェンジすることだってできる。これから紹介するアイメイクのカラクリは、いつものメイクにちょっと手を加えるだけの簡単なもの。さりげないけど効果的な目の錯覚効果で、誰でも5割増しの目が実現できますよ！

山本浩未さん
誰でも簡単にかわいくなれるメイクテクニックを、わかりやすく解説する人気ヘアメイクアップアーティスト。10／15『まつ毛BOOK』（小社刊）が発売に。



山本浩未流・デカ目3理論！ 1 グラデ 2 ワク 3 矢印





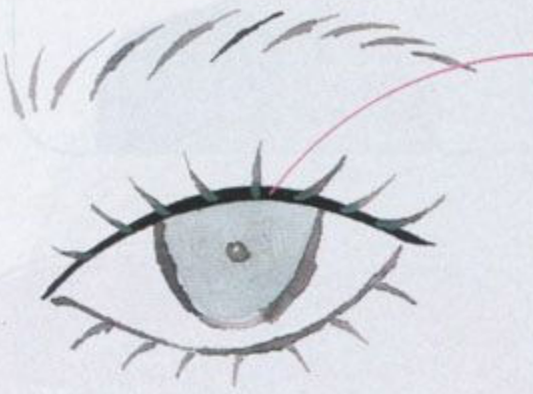
ワク

アイラインでくっきりさせ、まつ毛をみっしりと見せる！

アイラインで目のキワに〝ワク〟を作って縁取ることで、目をくっきりと見せることができます。さらに、まつ毛の根元が濃くなり、まつ毛がびっしり生えているような増毛効果も出る。

太いワクは〝見せるワク〟で、目のフレームを大きく広げたり、幅や丸さを出したり、黒目をくりっとさせたりすることができます。細いワクは、〝隠すワク〟で、さりげなく目元を引き締めたり、インサイドに入れてすっきりと見せるのに効果的。例えば、引き締めつつ大きくも見せたいはれぼったい目には、隠しラインとして使います。

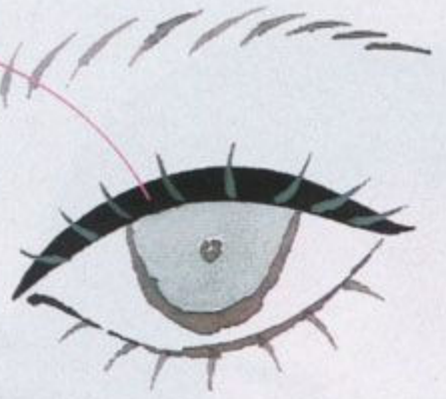
目の形をさりげなく、でもしっかり修正するのに便利なのが、このワク効果なのです！



point

キワの細いワクは、“くっきり&引き締め効果”。

上まぶたのキワに入れる細いアイラインは、隠すワク。目を引き締めたり、フレームをくっきりとさせたり、隠しライン効果が。キワのキワに入れるのがポイント。



point

キワの太いワクは、目のフレームをボリュームアップ！

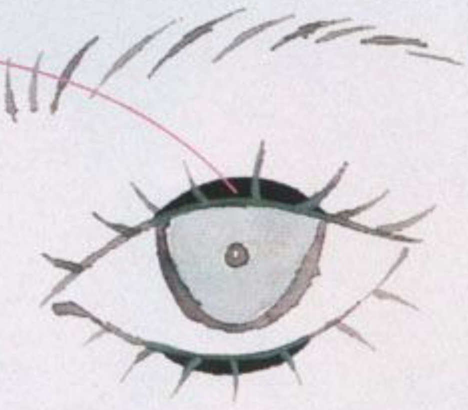
上まぶたのキワに入れる太いアイラインは、見せるワク。フレームを大きく作り、くっきりと。キワが奥に引っ込んだ一重や奥二重は、太いワクを描くとデカ目効果が。



point

目尻を囲むワクは、“幅出し&広がり効果”。

目尻を囲むように縁取ったり、目尻からはみ出すように描くワクは、幅と広がりを持たせて目を大きく見せる。ワクの描き方次第で、いくらでも目を広げることが可能！



point

黒目上下のワクは黒目を大きく、くりっと見せる！

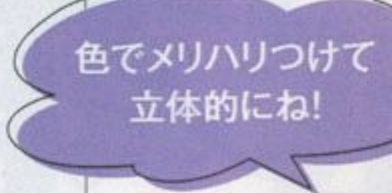
黒目の上下に入れるワクは、黒目を大きく見せ、黒目がちな丸目効果があり。キュートな印象にしたいときにおすすめで、目のタイプに関係なく使えるワクです。



point

下まぶたのインサイドワクは、“引き締め効果”絶大！

下まぶたの粘膜に入れるインサイドラインは、目をさりげなく引き締めるワク。インパクトを足したいときの隠しラインとしても効果的。モード感が出るワクでもある。





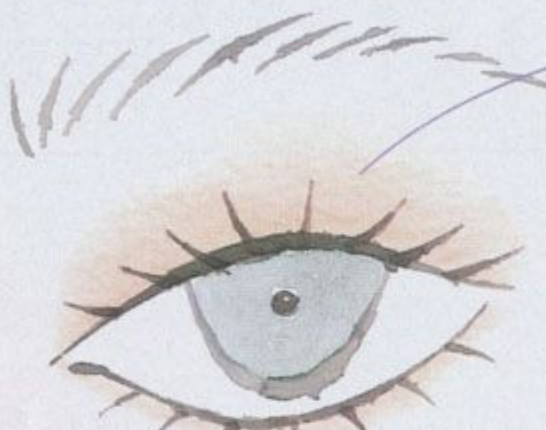
グラデ

アイシャドウの明暗で、目を立体的に大きくする！

明るい色と暗い色、2色のアイシャドウを使って〝グラデ〟を作ると、目に立体感が生まれ、大きく見せることができます。明るい色は軽さ・膨らみを感じさせ、目の〝膨張効果〟があり、暗い色は重さ・凹みを感じさせ、〝ボリュームを出す効果〟や〝引き締め効果〟があります。この明暗のバランスや色みの調子を変えることで、それぞれの人の目に合った立体感を作ることができるんです。

例えば、小粒目さんは、淡い色の〝明〟で膨らませて目を大きくし、派手目さんは濃い色の〝暗〟で目を引き締めてバランスをとるのがおすすめです。

明暗を上手に使って自在に目の大きさをコントロールして！



point

上下まぶたの“明”は、“膨張効果”で目が大きく広がる。

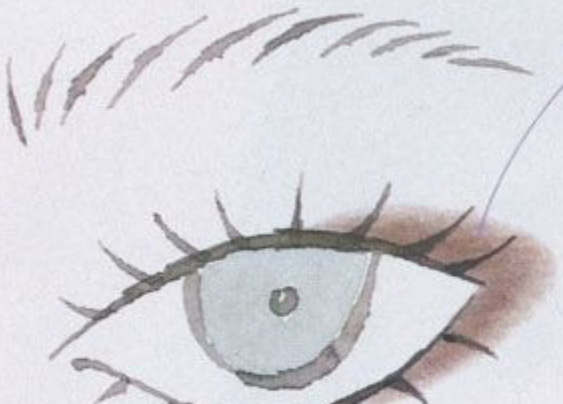
上まぶたと下まぶたに明るい色をのせると、膨張効果で目が広がって見えます。小粒目タイプや細目タイプなどにおすすめのグラデーションで、目を全体に大きく見せたいときに使えます。



point

目のキワの“暗”は、細いと引き締め、太いとデカ目に。

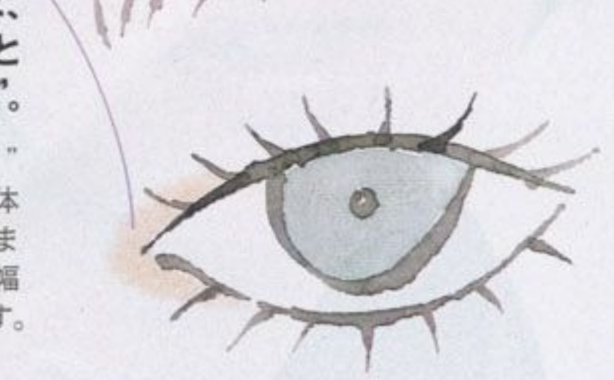
目のキワの濃い色は、入れる太さによって効果が変わってくる。幅を狭く入れると目を引き締める効果があり、太く入れるとデカ目効果が。彫りを深く、立体的に見せる効果もあります。



point

目尻の“暗”は、“幅出し効果”。切れ長・たれ目にも。

目尻に濃い色をのせると、外側にボリュームが増し、目に幅が出ます。また、上まぶたの目尻に上向きに濃い色を入れると切れ長目に。下まぶたの目尻に下向きに入れるとたれ目風になります。



point

目頭の“明”は、“ぷっくり効果”と“目頭の幅出し効果”。

明るい色を、目頭を囲むように“く”の字に入れると、ぷっくりとした立体感が出て、目元の印象がアップ！　また、幅広く入れると目頭から内側に幅が出て、目頭を広げる効果があります。

次のページからは
悩み目別
メイクテクを
徹底レクチャー!

細目さんは
p.22へ!

小粒目さんは
p.24へ!

はれぼったい目さんは
p.26へ!

and more...
たれ目さん →p.28
丸目さん →p.29
かぶり目さん →p.30
派手目さん →p.31

5割増しの大きな目に!!

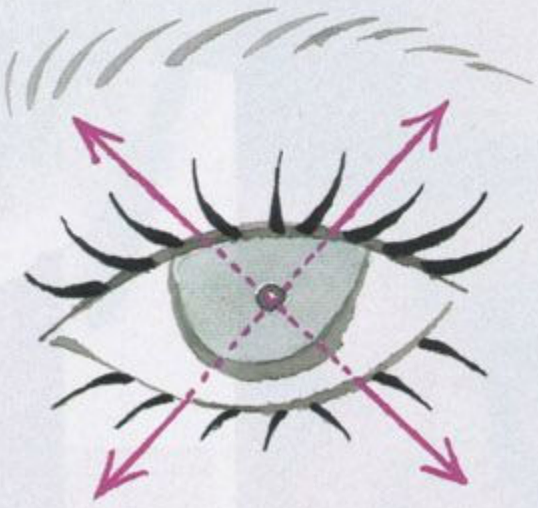
矢印
マスカラでまつ毛を広げて、目をぱっちり!

まつ毛を、長さや太さ、タテやヨコ、ナナメの矢印がミックスされた毛の集まり、と考えてみて。このまつ毛の矢印の〝向き〟と〝長・短・太・細〟を組み合わせれば、目をぱっちりとさせたり、すっとした広がりをもたせたりと、印象をコントロールすることができます。

例えば、長く太い毛でタテ・ヨコ・ナナメに広げればグラマラスな目になるし、クールな目にしたいなら毛を細くヨコ方向に広がるようにすればOK。また、黒目の上下のまつ毛を長く伸ばせばスイートな表情に変身。

矢印の方向を意識しながらマスカラを使うことで、簡単に矢印効果を取り入れられます。また、さらに強力な矢印を作りたいときは、ぜひ、つけまつ毛にチャレンジしてみて!

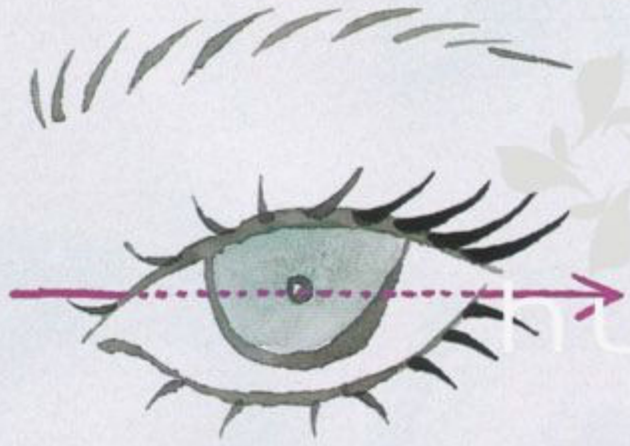
クロスで“Glamorous”に!



上下の目尻、目頭をクロスに広げ、目力効果マックスに!

上下の目尻と目頭を広げてクロスのラインを強調すると、目にボリュームが出て、目全体が大きくなり、目力効果が絶大! 小粒目などボリュームの欲しい目におすすめ。

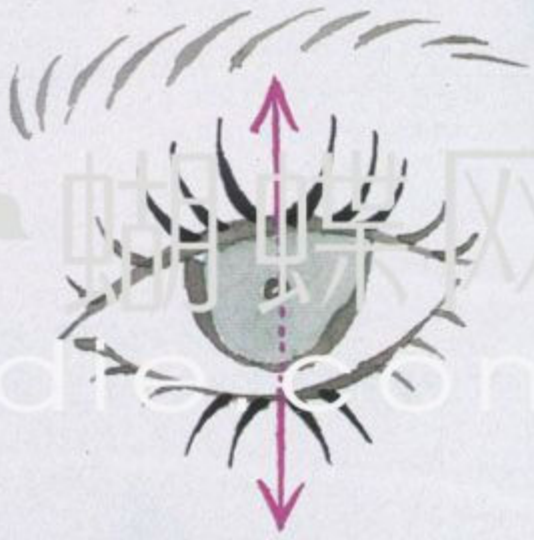
ヨコで“Cool”に!



目尻に向かって広げるヨコの矢印は、すっきり目効果。

目尻の方向にヨコに広げていくと、すっきりとした印象の目に。水平に近くなるほど切れ長になり、スマートさやクールさがアップ。派手目を落ち着かせたいときにも。

タテで“Sweet”に!

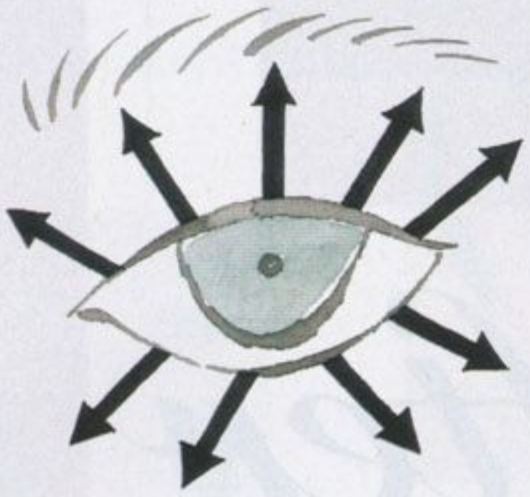


上下、タテに広がる矢印は、目をぱっちりと見開かせる効果。

タテに広がる矢印は目をぱっちりと見開いて、大きく見せる効果。上下を広げるほど目のタテラインが強調され、キュートな印象に。細目タイプはタテの矢印で大きく。



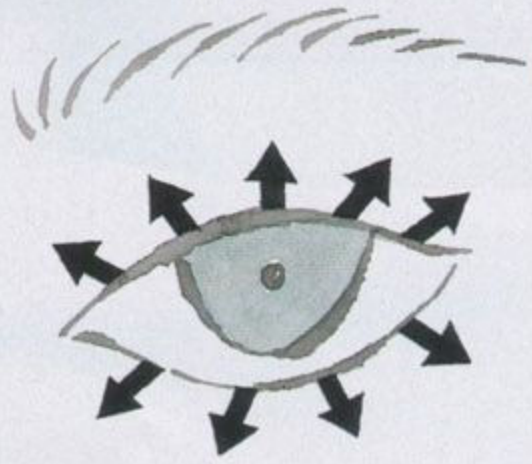
長



長い矢印は、繊細&エレガントに。

上へ上へと伸びた長い矢印まつ毛は、目をぱっちり大きく見せる効果大。華やかでエレガントな印象に。眉との距離も狭まり、彫りが深くなる。

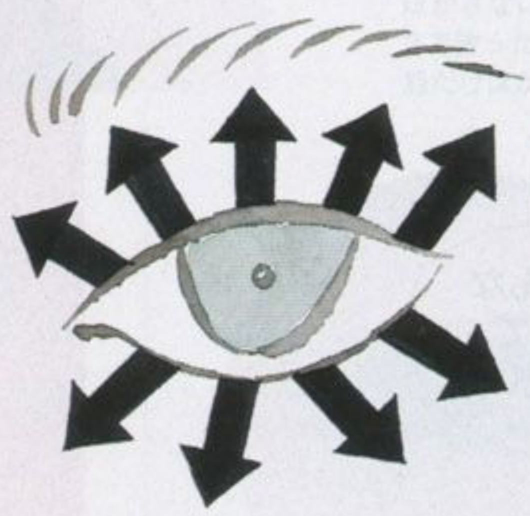
短



短い矢印は、くりっとナチュラル。

短い矢印は、目のキワにまつ毛が密集したようになり、ライン的効果が。黒目がひとまわり大きく見え、くりっとしてナチュラルで愛らしい目に。

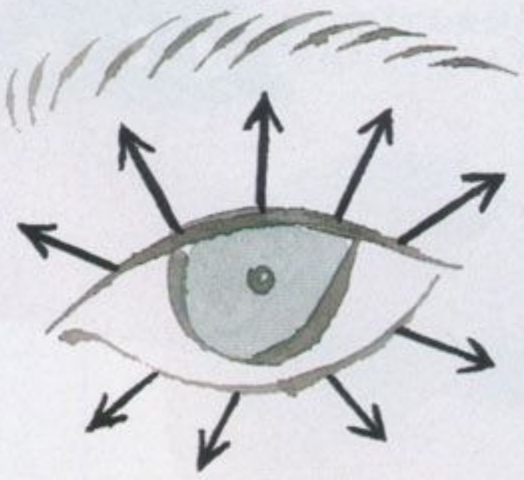
太



太い矢印は、くっきりゴージャス。

太さを強調するとボリュームが出て、目のくっきり感がアップ。たっぷりとして、ゴージャスな印象に。目元にまつ毛の影が落ち、色っぽくも。

細



細い矢印は、すっとしてソフト。

繊細な細いまつ毛は、涼しげで柔らかな印象に。さらに、まつ毛がセパレートして扇状に見えるので、目に広がりと軽やかさが出ます。

目の悩みを解決して、5割増しの大きな目になっちゃおう!



悩み 細目さん

菖蒲さん Before





細いのが悩み…。存在感が薄い目でもデカ目になれる!?

［細目さんへの処方箋］

上下の幅を広げ、キワくっきり!

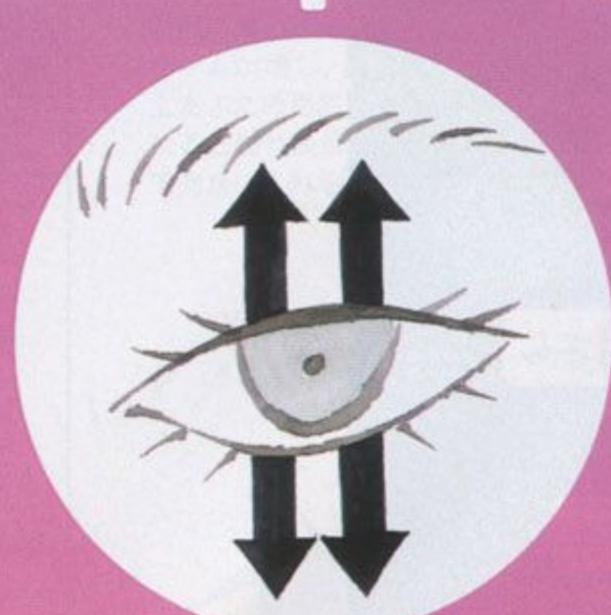
目の縦幅が狭い細目さんは、目のタテの広がりで大きく見せるのがポイント。グラデの明効果で上下のまぶたを膨張させ、キワの暗効果で全体的にボリュームを出し、縦幅を広げること。さらに、長いタテの矢印まつ毛で、目をぱっちりと上下に広げましょう。



グラデ

ベージュのアイシャドウを上まぶたと下まぶたに入れ、目を明るい色で囲み膨張効果を。キワにブラウンシャドウを入れ、目をタテに広げて。

＋



矢印

長さを出すマスカラで、根元からしっかりまつ毛を立ち上げながらカールアップ。特に黒目の上下を強化し、ぱっちり見開いたまつ毛になるように。



After

超上がる～☆ こんなパッチリ目、初めて。自分じゃないみたい!

トップス¥59,787（rime arodaky／ナノ・ユニバース 名古屋☎052・259・6354） ピアス¥17,850（アガット☎0800・300・3314）
プロセス／キャミソール¥12,600（ジョン スメドレー／ドゥーズィエム クラス ラリュー☎03・5413・3607）



初めのアイテム数が多く感じられたけど、慣れれば簡単!

How to Make-up!

[基本の仕込み]

ビューラーとマスカラ下地はメイクの前に仕込んでおく!

アイメイクの最初に、ビューラーでまつ毛をカールアップさせ、トリートメント下地をつけておく。これは、まつ毛を根元からしっかり持ち上げて固定しつつ、毛にハリを出しておくため。下地は、根元からきちんとつけて。

A



B



Aアイラッシュカーラー¥1,050(アユーラ ラボラトリーズ) **B**エッセンス マスカラベイス¥3,150(イプサ)

矢印 極太ロングな追力矢印で、べっぴん♡まつ毛に変身!

5





マスカラ前に下地を塗って、ハリを強化
根元にしっかりつけるのがポイント。細目さんは、まぶたでまつ毛が押されがちなので、根元をがっちり立ち上げておくこと。

メイベリン ラッシュエクステ ダブルストレッチ 01¥1,575(メイベリン ニューヨーク)

6



マスカラも根元からしっかりつける
まぶたを持ち上げながら、カールロングタイプのマスカラで長く太くなるように。下まつ毛も黒目の下にたっぷり重ねてタテの矢印を強調。ブラシをタテ使いして伸ばして。

7



ダメ押しのビューラー使い
ビューラーを使って根元をさらにカールアップ。上がりにくいときはビューラーをドライヤーで温めて"コテ"仕様にすると、カール力がアップ。

8



まつ毛の矢印を扇状に
仕上げに、マスカラのブラシをタテにし、毛先をばらすようにとかし広げる。下まつ毛は、タテの矢印を強化するためブラシで根元をもう一押し。



完成! 50% Volume up!

所要時間 8min.

ワク 太く長いワクで、即効デカ目作戦!

3





太&長ラインで目を大きく
黒のアイライナーペンシルで、目頭から目尻まで太く長く描く。目を開けたときラインが見えるくらいに。下まぶたの目尻1/3にも。

ブロウラッシュEX ウォーターストロング クリーミィ アイペンシル¥1,050(B&Cラボラトリーズ)

4



ラインを描いたら必ず"ぼかす"
ぼかさないとラインが強烈すぎてしまうので、**2**で使ったアイシャドウチップでラインの境目だけぼかす。全部はぼかさないのがコツ。



20% Volume up!

グラデ 明るいベージュで、上下のまぶたを膨らませて!

1





最初に上まぶたを膨らませる
パレット左上のベージュをチップにとったら、アイホールよりやや大きめ、目頭と目尻もはみ出るくらい広範囲に。

ケイト リフレクトミラーアイズ BR-2¥1,470(カネボウ化粧品)

2



目のキワに横の広がりを作る
パレット右下のブラウンを、キワの中央にオン。そこから目尻、目頭に広げて中央がいちばん濃くなるように。下まぶたは目尻からスタートして目頭が自然に淡くなるように。



15% Volume up!

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

悩み **小粒目**さん

歩さん *Before*



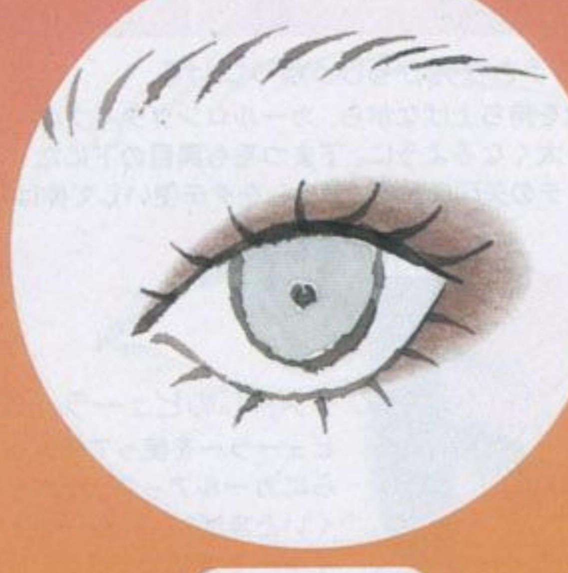


目がさっぱりしていて
少年ぽいって
言われるんだけど…。

［小粒目さんへの処方箋］

クロス矢印で麗しのグラマラス目!

全体的に目の面積が小さく、まつ毛も短い小粒目さんは、グラデ効果で目尻に広がりをもたせよう。矢印のクロス効果でまつ毛をパノラマのように広げて、目全体を最大級にボリュームアップ。特に、まつ毛は太く長いクロスの矢印を作り、思い切りグラマラスに！



グラデ

目尻に濃い色を入れて、暗効果でボリュームを。目頭から徐々に幅を出して、目尻に最大の厚みをもたせて。下まぶたの目尻も濃い色で幅出しを。

＋



矢印

まつ毛はクロスに伸ばして、最大級の長さ＆太さを目指して。特に下まつ毛を放射状に伸ばし広げるほど目が拡張して見え、グラマラス度がアップ。





After

うわぁ☆ 色っぽく変身!
新しい自分が
引き出された感じ♪

ワンピース¥73,500（シュベール／インターナショナルギャラリー ビームス☎03・3470・3925）
プロセス／タンクトップ¥4,725（フレームワーク／フレームワーク BC SALON 渋谷店☎03・6418・0063）



まつ毛の間の肌色を
埋めただけで
全く印象が変わった!

How to Make-up!

［基本の仕込み］
≫ P.23を参照



矢印 クロスに広げられるだけ広げて孔雀顔負けの扇まつ毛に!

5



最初にカール&ボリュームタイプマスカラを全体に
毛質が繊細で量も少ない小粒目さんは、マスカラでしっかりまつ毛の存在感を出すことが大事。根元から念入りに。
ラッシュ アーティスト ウォーター プルーフ ブラック¥2,940（マックス ファクター）

6



下まつ毛をしっかり伸ばす
下まつ毛が伸びると、目がぐっと大きく見える効果あり。ブラシをタテ使いして、まつ毛を扇状にばらし、一本一本を長く太らせる感じで。その後、ブラシを横に持ち替えて根元を押し下げ、長さを出す。



7
短い毛を掘り起こす
今度は、ミニマスカラで目頭や目尻の短い毛を"掘り出し"、さらにクロスに伸ばして。まぶたを持ち上げながら潜んでいる毛を起こして伸ばす!
デジャヴュ ファイバーウィッグ 仕上げ用¥1,050（イミュ）





8
仕上げはホットビューラー
まつ毛をさらにカールアップ。根元にホットビューラーを当て、上下の目頭と目尻のまつ毛をクロスに広げ、最大ボリュームに!



完成! 50% Volume up!

所要時間 9min.

ワク チョコ色ラインで目尻強化。インサイドにも秘密ラインを。

3



アイラインで目尻の幅をさらに強化
ブラウンのアイライナーで目尻を"く"の字に囲むようにラインを入れる。上まぶたの目尻ラインは、ちょっと斜めにハネあげるようにしてボリュームアップ。グラデとの相乗効果でぐっと幅広に。
ルナソル コントラスティングWアイライナー 05¥2,625（カネボウ化粧品）

4



上まぶたのインサイドに黒の隠しライン
さりげなく目のフレームをくっきりとさせるため、リキッドライナーでまつ毛とまつ毛の間を埋めるように。目尻を少しハネあげるようにして、目尻のワクをさらに強化。くっきり、ぱっちり。
ケイト フレームインパクトマーカー BK-1¥1,155（カネボウ化粧品）





25% Volume up!

グラデ "目頭明るく、目尻暗く"、対比でめくらましのデカ目術。

1



明色でコントラストの仕込み
パレット左上のベージュカラーをチップにとり、下まぶたと上まぶた全体に明るい色をオン。あとで入れる目尻の濃い色を引き立たせるためのコントラスト効果が。
ルナソル スターシャワーアイズ 01¥5,250（カネボウ化粧品）





2
"暗"で目尻に幅を
パレット右下のブラウンの"暗"効果で目にボリュームを出す。最初は一番幅を出したい目尻から。目頭に向かってすっと。次に目頭から、目尻に向かって少し斜めに幅を出して。最後に、下まぶたの目尻にも。目尻に膨らみを出して。





10% Volume up!



悩み はれぼったい目さん

大屋たまきさん *Before*



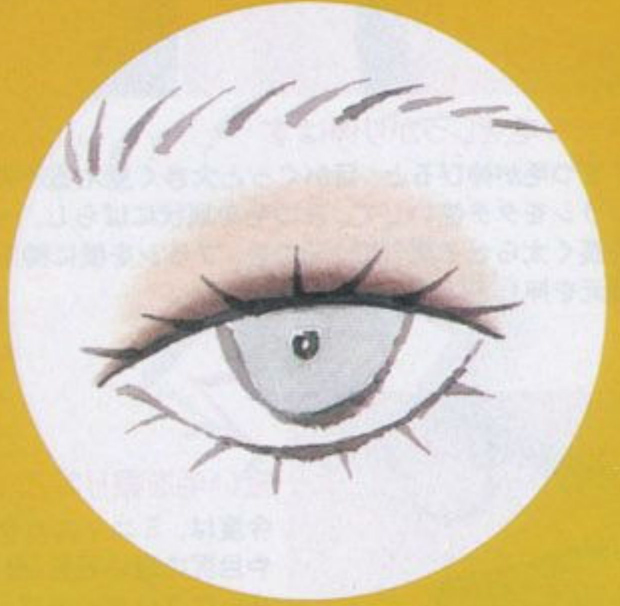


眠そうな目のせいか
いっつもアイメイクが
顔から浮いちゃう。

[はれぼったい目さんへの処方箋]

キワを引き締め、メリハリデカ目に。

まぶたが重く、はれぼったい印象の目は、グラデの"暗"効果で目のキワを引き締めて、はれぼったさを解消し、明るさを加えてメリハリある立体感でデカ目効果を。さらにキワの太いワク効果でくっきり。グラデの"暗"との相乗効果で、深みのあるぱっちり目に！



グラデ

キワに濃い色を太めに入れて引き締め、はれぼったさを克服。明るい色をまぶたの窪みより内側に入れ、目を凹ませて見せ立体感を。

＋



ワク

黒のラインをキワにしっかり太めに入れて目をくっきりと。目尻を少しハネさせて幅をもたせる。インサイドラインでさらにくっきり。

After



すっご～い!
彫りが深くなった♪
メイクって楽しい☆

ブラウス¥52,500　2連ネックレス¥19,950　ネックレス¥18,900（以上メガン パーク／ドゥーズィエム クラス青山店）
プロセス／ブラウス¥25,200（ドゥーズィエム クラス／ドゥーズィエム クラス青山店☎03・5469・8868）
カチューシャ¥11,550（フランス ルクス／ビームス タイム☎03・3780・5501）



ラインぼかし初体験！
最初は尻込みしたけど、
意外と簡単にできた。

How to Make-up!

［基本の仕込み］
≫ P.23を参照



グラデ 影色でハリウッド女優のような"窪みまぶた"に♪

1





影色をまぶたの窪みの内側に
パレット右上の明るめグレイッシュブラウンを、まぶたの窪みの内側に。眉下まで入れず窪み手前までにすると、まぶたに彫りが。
ラヴーシュカ ライトミックスアイズ BR-2 ¥1,680＊編集部調べ（カネボウ化粧品）

2



"暗"効果で立体感
パレット左下のダークブラウンをキワに太めに入れる。窪みのグレイッシュブラウンとキワのダークブラウンで、グラデ効果を出す。

ワク キワにしっかり黒帯を締めて貫禄十分の目力に！

3





目のキワに太くしっかりとしたライン
黒のペンシルアイライナーでキワに太ラインを入れ、深みと存在感を。目尻をハネさせて幅を出して。濃くくっきり入れること。
ティファ クリーミィライナー ブラック ¥1,260（カネボウ化粧品）



4

アイラインは必ずぼかす
グラデで使ったアイシャドウのチップを使って、ラインの境目のみをぼかして。内側までぼかすと、せっかくのラインが薄くなり、効果半減なので注意。

5







インサイドに隠しライン
上まぶたのインサイドにも、リキッドアイライナーでさりげない隠しラインを。まつ毛の間を埋めるような感じ。ラインを引くのが難しいなら、ちょんちょんと点を置くように。
ケイト スーパーシャープライナー N BK-1 ¥1,050（カネボウ化粧品）

矢印 上下にぱっちりタテ矢印。黒目を引き立たせバンビ目に。

6





まつ毛を持ち上げる
根元にブラシがぐっと入るコームタイプのマスカラで、つけ根からカールアップ。まぶたの重さに負けて下がらないように持ち上げて。
パーフェクトセパレートマスカラ ¥1,890（エテュセ）

7





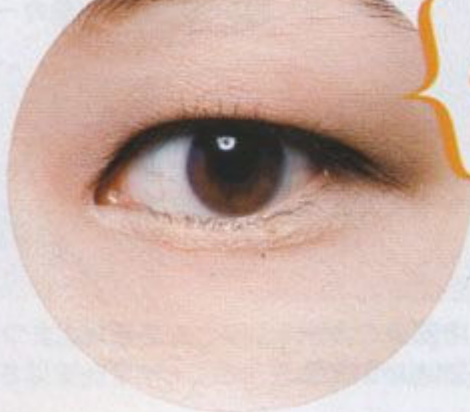


目の上下のまつ毛を広げてぱっちりと
今度はカール力のあるマスカラで、上下の矢印効果を強化。下まつ毛はブラシをタテ使いし、細く長い矢印まつ毛ですっきり。下まぶたのヌケ感で、暗くなりがちな印象が明るく。
SHISEIDO パーフェクトマスカラ BK901 ¥3,990（資生堂インターナショナル）



完成！ 50% Volume up!

所要時間 7min.



35% Volume up!



15% Volume up!

読者が、お悩み別デカ目メイクにチャレンジ！

悩み たれ目さん



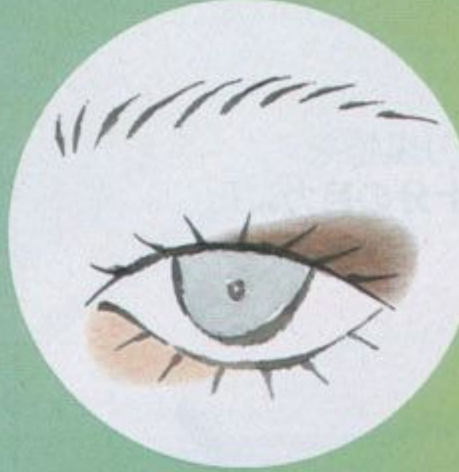
浅川歩惟さん

ちょっと寂しげに見えがちなたれ目。メイクで変わるの？

Before

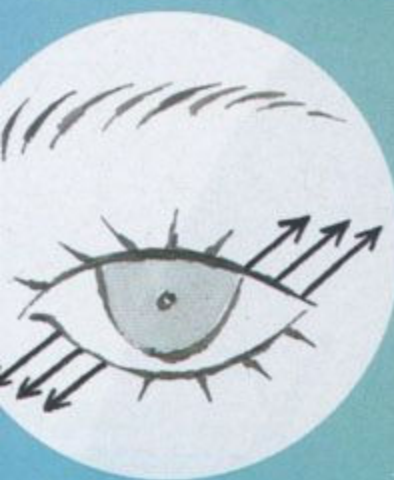
［たれ目さんへの処方箋］

グラデ
目頭と目尻の凹みを修正
"暗＆明効果"でボリューム＆膨らみを出し、目尻と目頭の凹みを修正する。目を水平に見せ、たれ目っぽさを解消！



＋

矢印
長く細い斜め矢印で広がりを
グラデと同じように、目尻と目頭に広がりを持たせて、たれ目感を緩和。長く細い矢印を意識しながら、斜めに広げて。



How to Make-up!

［基本の仕込み］
≫ P.23を参照



1


目尻まつ毛をカール
目尻のまつ毛を最初の段階でしっかりとカールアップさせておきたいので、いちばん端の一本まで上がるよう、ミニビューラーを使ってカールしておきます。
ミニアイラッシュカーラー 215￥840（資生堂）

2 グラデ


目尻と目頭をボリュームアップ
上まぶたの目尻の凹みにブラウンのアイシャドウを入れボリューム出し。下まぶたの目頭にはパールホワイトを。"明"効果で膨らませて目の形を水平に。
ミスティーク アイズ 01￥3,990 限定発売（RMK Division）



3 ワク


ワクでも水平バランスをとる
目尻をまぶたから浮かせる感じに描き、目を開けたときにラインが水平に見えるように。最初に目尻側を1㎝ほど描き、目頭からつなげる。
インジーニアス ペンシルアイライナー 03￥2,625（RMK Division）

4 矢印


下目頭と上目尻をぐんぐん広げる
グラデで膨らませた下目頭は、まつ毛もマスカラで広げてワイド感を。上目尻のまつ毛も同様にぐいっと広げて、矢印効果で大きく。
ウルトラ ボリューム コラーゲン 01￥1,680（ロレアル パリ）



完成！ 50% Volume up!

After



上目尻と下目頭に重点を置くだけで、クールな印象に！



ワンピース￥22,050（ラ トータリテ／ラ トータリテ 有楽町マルイ店☎03・6738・3709） ネックレス￥9,975（ホルヘ モラレス／イエナ青山店☎03・5468・3222）

浩末流 アイメイクオプションテク 1

ビューラーを使いこなし、さらなる上向きまつ毛に！

「まつ毛は顔の中で唯一立体を操れる場所。せっかくの美アイシャドウ、美アイラインも、まつ毛が下がったままではインパクトに欠けちゃいます。誰でも簡単にできる浩末流テクを駆使して、完璧な上昇まつ毛を手に入れて！」

+αテク！
"まつ毛がうまく上がらない"という人は、上げ方に問題アリかも！ 手首をひっくり返すように動かせば簡単に扇カールに。



まずは、まつ毛の根元部分をビューラーではさみ、カールさせる。



次に、まつ毛の真ん中部分をカール。毛が直角にならないよう注意。



最後に毛先をカール。全体のバランスを見ながら扇形になるように。

下まつ毛は…



下まつ毛はビューラーを逆さに持ち、上まつ毛と同じ要領でカール。

悩み **丸目さん**

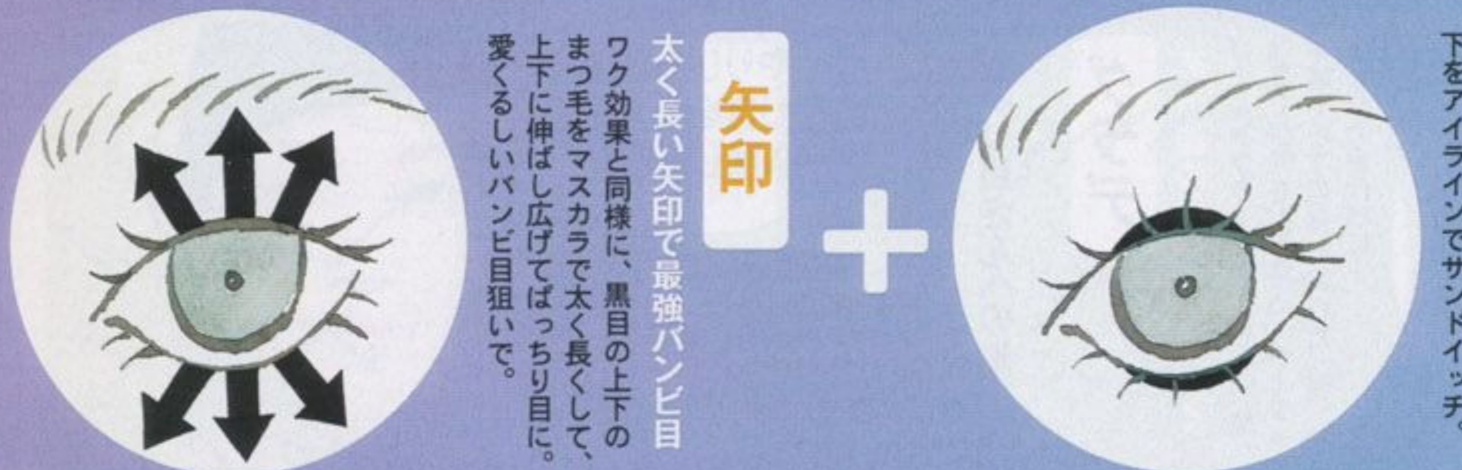


伊藤弘美さん

【丸目さんへの処方箋】

ワク 黒目の上下ラインでサンド

幼く見られがちな丸目タイプは、くりっとした目を生かして黒目がちなパッチリおめめに。黒目の上下をアイラインでサンドイッチ。



矢印 太く長い矢印で最強バンビ目

ワク効果と同様に、黒目の上下のまつ毛をマスカラで太く長くして、上下に伸ばし広げてぱっちり目に。愛くるしいバンビ目狙いで。

How to Make-up!

［基本の仕込み］
≫ P.23を参照



1 グラデ 好きな色をオン



くりっとした目を目指すので、グラデにはそんなにポイントを置かなくてもOK。好きな色を楽しんで。今回は爽やかな印象のブルーを上下のまぶたにふんわりと。

ルナソル スターシャワーアイズ 01 ¥5,250（カネボウ化粧品）

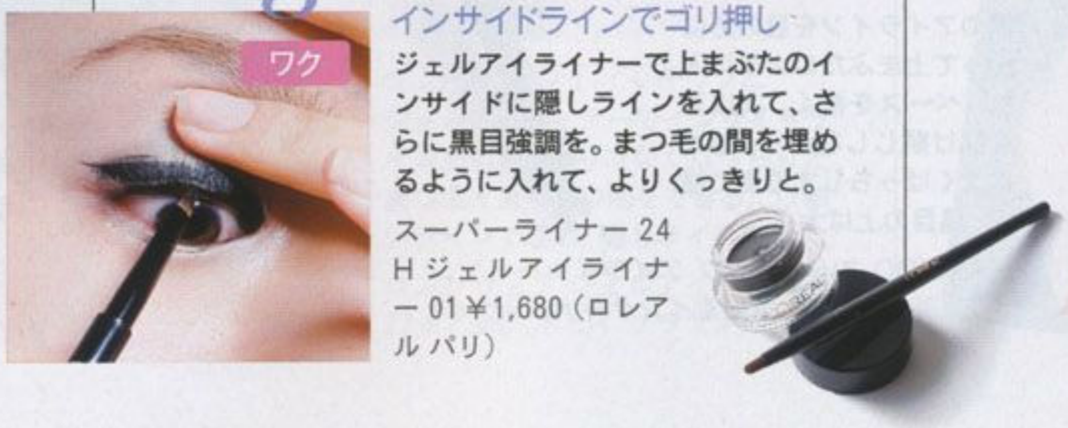
2 ワク 黒目上下ラインがバンビ目のキモ



目の上下のキワにペンシルアイライナーでラインを入れたら、さらに黒目の上下を太く強調。黒目が際立ち、くりんとした丸目がさらにデカく。

コール パワー アイ ペンシル ¥2,100 10/15限定発売（M・A・C）

3 ワク インサイドラインでゴリ押し



ジェルアイライナーで上まぶたのインサイドに隠しラインを入れて、さらに黒目強調を。まつ毛の間を埋めるように入れて、よりくっきりと。

スーパーライナー 24Hジェルアイライナー 01 ¥1,680（ロレアル パリ）

4 ワク ぼかしテクでとどめの一発！



下まぶたのアイラインを黒目の下だけブラシでぼかし、少し幅出し。アイラインの境目だけをぼかすのがコツ。全体をぼかすとラインが薄くなるので注意。

5 矢印 黒目上下を矢印でさらに強化



ナチュラルタイプのマスカラを上下のまつ毛全体にさらっとつけ、今度はもう一度、ボリュームタイプのマスカラで黒目の上下のまつ毛を重ね塗り。まつ毛を上下にそれぞれ伸ばし広げて、くりっとした目に。

ケイト フレームインパクト ボリュームマスカラ BK-1 ¥1,575（カネボウ化粧品）



完成！ 50% Volume up!

After



ブラウス¥33,600（DAHNE & ERRA CORRELL／フレームーク BC SALON 渋谷店☎03・18・0063） 帽子¥8,925（CA4LA／CA4LA ショールーム☎03・775・3433） その他はスタイリスト私物



下まつ毛 — 下まつ毛も同様に、ブラシの先端でまつ毛を掘り出す気持ちで。

目頭 — 次は目頭側のまつ毛に。端の一本まで丁寧に。

目尻 — 目尻側のまつ毛も同様に、根元から毛先まで。このときも矢印を意識。

中央 — ビューラーでカールした後、まつ毛の根元を起こすようにベースを塗。

浩未流 アイメイクオプションテク

マスカラ下地をしっかりつければ、フサフサ度UP!

「短いまつ毛、薄いまつ毛の救世主は何といってもマスカラベース！ 長さが欲しい人は繊維の入ったロングタイプを、フサフサにしたい！ という人はボリュームタイプをチョイスして

悩み かぶり目さん



ぼんやりした印象のかぶり目をなんとか卒業したい!

岡澤幸江さん

Before

[かぶり目さんへの処方箋]

グラデ

"暗"で締めつつ"明"で大きく

ゴールドブラウンを入れて、"暗"効果で目元を引き締め、ベージュを眉下と下目頭に入れた"明"効果でデカ目仕様に!

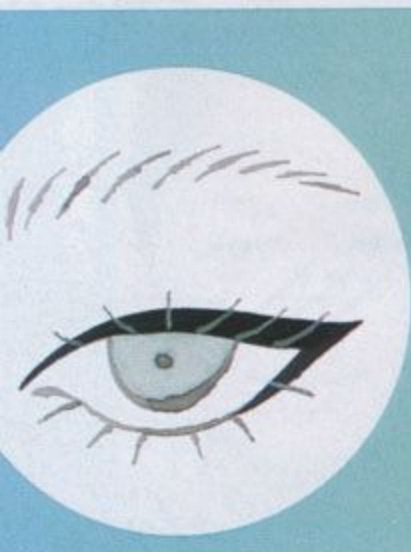


＋

ワク

欲しい目の形を描き足す!

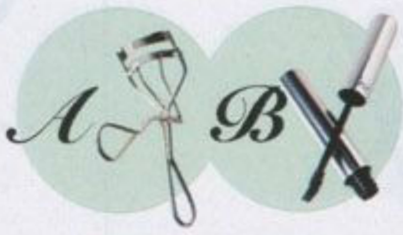
目をくっきり見せるため、アイラインで目の形を足してデカ目に。上まぶたの太ラインで見開かせ、下目尻のオーバーラインで幅出し。



How to Make-up!

[基本の仕込み]

≫ P.23を参照



1 グラデ



まぶたを濃い色で引き締め

右下のゴールドブラウンをまぶたに広めに入れて引き締めて。眉下と下目頭にはアイパレット中央のパールベージュで輝きのみ入れ、ふっくら効果で目を大きく。



ケイト リフレクトミラーアイズ BR-1 ¥1,470（カネボウ化粧品）

2 ワク





太めラインで目を描き足す

黒のアイラインを目の形に沿って上まぶたのキワに入れ、ベースを描く。次に目を開け閉じしながら、徐々に太くぱっちりするまで描く。黒目の上は太く。

SHISEIDO スムージング アイライナーペンシル BK901 ¥2,310（資生堂インターナショナル）

3 ワク





リキッドアイライナーでさらにくっきり目

描いたアイラインの上を、さらにリキッドアイライナーでくっきりなぞって強調。目頭からしっかり入れて、目尻はすっとハネあげて幅を出しつつ、キリッと引き締まった目に。

オーブ クチュール デザイニング リキッド アイライナー BK711 ¥3,150（花王ソフィーナ）

4 ワク



下まぶたのオーバーラインでデカ目に拍車

下まぶたの目尻にもアイラインを。目の形よりも大きく、オーバーライン気味に描くのがミソ。上まぶたの目尻ラインとつなげて。

5 矢印





丸く広げてひまわりまつ毛

まつ毛は、ひまわりの花びらのように、瞳をぐるりと囲むように丸く、360度に広げて、ぱっちり大きく。自分のまつ毛史上最大級の長さ&広がりを!

オシィラシオン ¥5,250（ランコム）



完成! 50% Volume up!

After



上下をしっかりアイラインで囲めば、こんなにデカ目に!

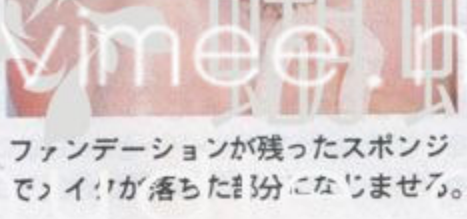


ワンピース¥27,300（ブルース セカンド／ラ トータリテ 有楽町マルイ店☎03・6738・3709） その他はスタイリスト私物

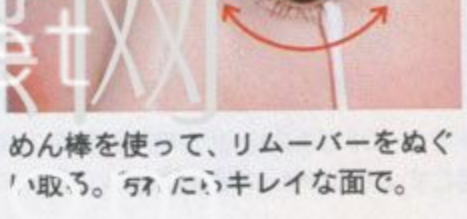
浩未流 アイメイクオプションテク 3

一日中アイメイクを美しく。パンダ目お直しテク!

「お昼を過ぎるとよく見かけるのが、目の下にマスカラが移ってしまったパンダ目ちゃんたち。アイメイク自体をやり直さなくても、ピンポイントで上手に直すテクニックがコレ!」



ファンデーションが残ったスポンジでメイクが落ちた部分になじませる。



めん棒を使って、リムーバーをぬぐい取る。汚れたらキレイな面で。



ワイプオフペンシル ¥735（DHC）



ペンシルタイプのリムーバーでメイクが崩れた部分だけをなぞる。

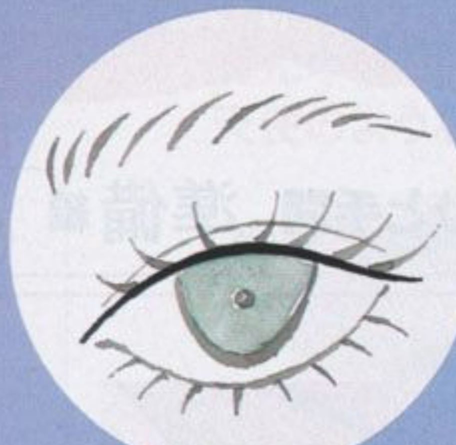
悩み 派手目さん

長野宏美さん



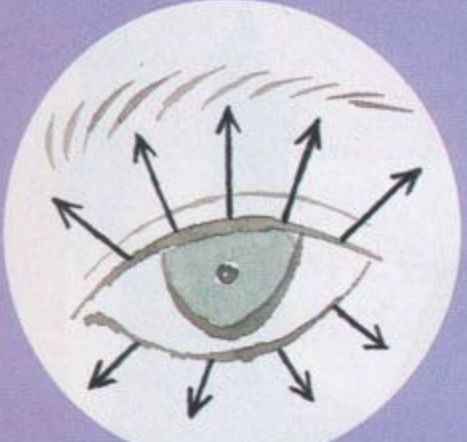
［派手目さんへの処方箋］

ワク
隠しラインでキワ締め
アイメイクをするとびっくり目やケバ目に見えがちな派手目さんは、さりげないばっちり目を目指して。隠しラインで目の形をきれいに。



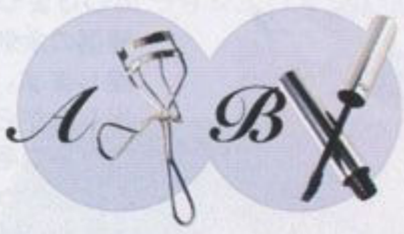
＋

矢印
細長い矢印ですっきりデカ目
まつ毛を細く長く見せることで、ばっちり、でもすっきりした印象の目に。セパレートにきれいに伸ばした、繊細な美ラインが決め手。



How to Make-up!

［基本の仕込み］
≫ P.23を参照





下まぶたを引き締めてキリッと
アイシャドウは、パレット左側のニュアンスの出る色でまぶたを明るく、自然に。下まぶたに細く、右のダークカラーを入れて引き締める。
デュオアイシャドー 3077 ¥4,410（ナーズ ジャパン）



インサイドラインでキリッと
ジェルアイライナーでインサイドラインを引き、さりげなくぱっちりと。まつ毛とまつ毛の間をできるだけ細いラインで埋め、隠しラインを。
ロングウェア ジェルアイライナー 27 ¥2,940（ボビイ ブラウン）



3 ワク

キワをなぞって“アイドルライン”
クリームアイライナーで上まぶたのキワに細いラインを。目尻は長めに。入っているかどうかわからないほどナチュラルで、でも目をぱっちり見せるアイラインテクニック。いわゆる“アイドルライン”。



ほっそり長いセパレまつ毛に
セパレートタイプのマスカラで一本一本繊細に長くつけ、さりげなく存在感を出して。ボリュームを出しすぎるとケバ目になるので注意！
パーフェクトマルチマスカラ ¥1,890（エテュセ）



完成！
50% Volume up!

After



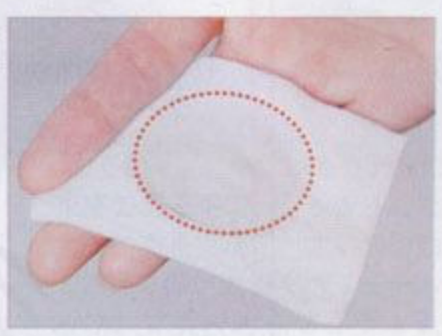


カチューシャ ¥3,150（ララ アンド ハート／ビームス タイム☎03・3780・5501）　その他はスタイリスト私物

洛未流　**アイメイクオプションテク**

ゴシゴシ落とすのは禁物！汚れは浮かせてオフ。

「アイメイクがちゃんと落ちていなかったりゴシゴシ落とすと色素沈着の原因やくすみのもとに！　シャドウもマスカラも盛り盛りの日のアイメイクを、残さずオフする方法を指南します」



リムーバーを含ませたコットンで目を覆い、アイメイクを浮かせる。



ハイパーアイメークオフa 100ml ¥1,050（エテュセ）



コットンを半分に折ってオフ。常にコットンのキレイな面を使って。



さらにコットンを半分に折り、角を使って、目頭＆目のキワをオフ。



最後にめん棒を使い、まつ毛の根元に残ったマスカラを丁寧にオフ。

最強の矢印効果！ つけまつ毛で目を即行増量！

長さもボリュームも、セパレートなまつ毛も、思いのままの“つけまつ毛”。ワンタッチで簡単に、細目さんも小粒目さんも悩み解決！ 理想のデカ目が手に入るんです。ここでは、私が正しいつけ方をレクチャーします☆



つけまつ毛マスター

玉置未来さん

老舗つけまつ毛ブランドのPR。つけまつ毛を語らせたら、右に出る者はなし。

仕上がりに差がつく装着前のひと手間 準備編 Step1


3


2


1

台紙からつけまつ毛をはずします。親指の腹で毛をさえるようにしてはずして。指で引っ張ると破損しり、カーブが崩れる原因に。はずしにくいときは、ンセットでベース部分を掴むように。2開封後初めつけまつ毛を使うときは、両端を持ってベース部分10回くらいグニグニ曲げ伸ばして柔らかくし、キワのせやすくしましょう。※2度目以降に使う場合は要なし。3のりをつける前に、つけまつ毛を目元にせてイメージを掴みます。角度や印象をチェック。


6


5


4

4つけまつ毛の長さが目の幅より長すぎる場合は、目頭側の余剰部分をハサミで少しずつカットしながら調整します。5のりをつける準備。まず、手の甲に少し出しながら、一度に出る分量や加減を確認。いきなりつけまつ毛につけてしまうと量が出すぎて失敗のもと。6加減がわかったら、つけまつ毛のベースにのりをつけます。両端から中央に向かって交互につけて均一に塗布。慣れないうちは点を描くようにつけてみましょう。10～20秒後、のりが半乾きになったら装着どき。

いよいよ装着。鏡を見ながらきれいにキメる！ 装着編 Step2

1まずは、自分のまつ毛の根元の上に、つけまつ毛のベースをのせていきます。目の中央→目尻の順で合わせましょう。視線をやや下向きにしながらつけると装着しやすい。2つけまつ毛がまぶたにくっついたら、地まつ毛とつけまつ毛をいっしょに、人さし指と親指ではさみます。3はさんだ地まつ毛とつけまつ毛を数回、まぶたに押し当てるような感じで動かして、双方をなじませます。こうすると、はずれにくくなって、接着後のもちも、ぐんとよくなります！


3


2


1


6

はがすときは…


5

Finish!


4

4ピンセットのお尻側を使いフィックスさせます。やや視線を下に向けながら、目頭側から。次に目尻側をフィックスさせます。5完成。のりが乾ききる前につけまつ毛の角度や、両目のバランスを調節しましょう。鏡で前・横・斜めから確認。上げ気味につけるとぱっちりと、下げ気味につけるとしっとりとした印象に。6つけまつ毛を取るときは、片手でまぶたを軽く押さえ、目尻からそっと丁寧にはずします。一気にはがすとまぶたに負担がかかり、つけまつ毛も傷むので注意。

さらに“つけま”を極めたい人に。



本浩未さ[illegible]が贈る、まつ毛メイクテクニック本『目が[illegible]になる！まつ毛BOOK』（小[illegible]）が10/1[illegible]に。なりたいニュアンス[illegible]にまつ毛の取り入れ方をたっぷり教えくれます[illegible]なんと付録にはつけまつ毛が！

あなたの“つけまライフ”をもっと快適にするグッズ



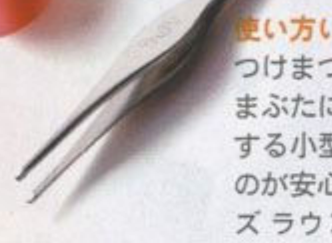
接着剤をさっとオフ。
はずす際に、まつ毛の根元に残った接着剤もきれいに取り除く、つけまつ毛専用リムーバー。平筆で塗りやすい。マギーメイ アイラッシュリムーバー¥420（コージー本舗）



つけまカスタムの必需品。
慣れてきたら、自分好みの長さに切ってカスタマイズするのも楽しいもの。そんなときには、アイブロウ用のミニハサミが便利。モニ アイブロウシザーズ シャープ¥1,575（コージー本舗）



初心者も安心の接着剤。
最初は白で、乾くと透明に変わる、つけまつ毛用接着剤。つけやすく、しかも目立たないのが嬉しい。マギーメイ アイラッシュフィックス スタンダード¥420（コージー本舗）



使い方いろいろの優秀アイテム！
つけまつ毛を台紙からはずしたり、まぶたに固定したりするときに重宝する小型ピンセット。丸い先端のものが安心。モニ アイブロウツィザーズ ラウンド¥1,260（コージー本舗）



目元をさらに黒々くっきり。
白い接着剤がチラチラ見えるのが気になる人には、黒い接着剤を。接着面が目立たない上、アイライン効果も。アイラッシュフィックス ブラック¥210（コージー本舗）

Sweet

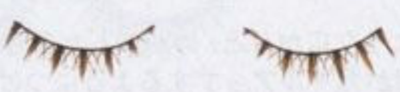
タテの矢印強化で…スイートテイスト

つけまつ毛の選び方次第で、なりたいイメージに変身可能！　ぱっちりスイートな印象にしたいなら、黒目の上のまつ毛が密で長さのあるものをセレクトしてみて！

今にも羽ばたきそうな、目尻パタパタ☆羽毛まつ毛。

Before





長・中・短の毛をミックスしてナチュラルキュートな目元に。ブラウンカラーで、うるうるした瞳効果も。フェイクアイラッシュ ブラウンクロス￥1,890（シュウ ウエムラ）



After

Open



Close



フェアリー感たっぷりの優しい目元が完成！　つけまのブラウンの反射で栗色の甘い瞳に。

真ん中盛りで最強スイート。天使のようなピュアな瞳に。

Before





中央に毛が密集していて、つけると黒目が強調され、ふさふさの毛がボリューミー！　艶っぽい目元を実現。キャンメイク アイラッシュ11￥525（井田ラボラトリーズ）



After

Open



Close



下を向くと、とにかくボリューム感があって、目がクギづけ！　柔らかくふさふさの印象。

彼氏ウケ間違いなし！デート日の必勝ドーリーまつ毛♡

Before





毛の密度が濃く、長くてふさふさなつけまつ毛をセレクト。広がりのある目元に。ロージーローザ つけまつ毛 5Pバリューパック ストレートロング￥997（ロージーローザ）



After

Open



Close



上を向くと、ぱっちり長いまつ毛が印象的。下を向くと、ドラマティックなメリハリが。

こんなタイプもオススメ！ »



真ん中クロスで、黒目美人！
黒目の上部分が長くクロスした毛になっているので、強力なぱっちりまん丸目効果抜群！　フェイクアイラッシュ ブラックフォーカル￥1,890（シュウ ウエムラ）



太く長く、文句なしのモテ顔に。
束感のある毛で、くっきりした極太まつ毛を実現！　太い矢印効果で、目の幅が大きくボリュームアップ。マギーメイ アイラッシュ20￥1,050（コージー本舗）



毛先の細い、うっとり繊細タイプ。
長さの違う毛が混ざって、密度もみっしり！　全体的に長めで、タテ方向にしっかり目を増量。アイラッシュ メロウタイプ11-05￥1,260（コージー本舗）

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

Cool

すっと横にクールな目元にしたいときは、目尻にポイントやボリュームのあるものや、目尻にいくほどまつ毛が長くなるタイプをセレクトしてみて！

ヨコ の矢印強化で…クールテイスト

クールな“ハの字”まつ毛なら、つけたとたん流し目もサマになる！

Before




シュッとハネあげた目尻がチャーミング。天使が羽を広げたようなキュートさに、ちょっぴり小悪魔的な魅力がチラリ。マギーメイ アイラッシュ23￥1,050（コージー本舗）


After

Open

Close


遊び心があって、おしゃれな切れ長目尻に。気持ちまでちょっと大胆になっちゃう!?

上向きロングのまつ毛で、上目遣いもスマートにキメて☆

Before




ボリュームがあって、目尻に向かうほど、まつ毛が長くなるタイプ。目力をアップしながら、目尻をシャープに。マギーメイ アイラッシュ12￥1,050（コージー本舗）


After

Open

Close


くるんと目尻をハネあげて、クールで色っぽい目元に。立体感が出て横顔美人効果も。

小悪魔感をちょっぴりプラス。見つめられたら即ノックアウト！

Before




目尻に羽のような広がりと、カールした長さのあるハーフタイプ。目尻がカールアップするようにつけて。フェイクアイラッシュ ミニインディゴ￥1,575（シュウ ウエムラ）


After

Open

Close


風に揺れるような目尻のカールで、クールだけどどこか愛らしい目元にドッキリ☆

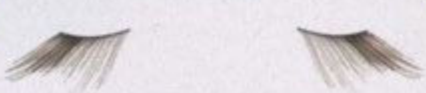
こんなタイプもオススメ！ »



目尻の影で、セクシーガールに！
目尻部分が一段と濃く長くなったタイプは、横顔も色っぽく。アストレア ヴィルゴ アイラッシュ ナチュラルタイプNo.5￥997（シャンティ）



ひとつ持っておきたい、美ロング。
どんな目のタイプの人でも使いやすい、スタンダードなロングタイプ。ロージーローザ ロング①タイプ ストレート￥336（ロージーローザ）



黒×茶で魅せるエンジェルの羽。
目尻に天使の羽が生えたようなデザインに釘付け。黒とブラウン混合毛。TAKAKO スタイル アイラッシュNo.5エンジェルウィング￥1,260（コージー本舗）

Glamorous

クロスの矢印強化で…グラマラステイス

とにかくボリューミーで印象力最大級の目元を演出するなら、重ねづけでセレブ級のグラマラスに！ デカ目フルスロットルを楽しんで☆

大きさ2倍のボリューミーアイ。見上げる瞳に思わず胸キュン☆





ボリュームタイプの、長くセパレートするものを上まつ毛に。下まぶたにはナチュラルなフルレングスを。上・ロージーローザ ボリューム③タイプ マキシマム¥320（井田ラボラトリーズ） 下・アストレア ヴィルゴ アイラッシュ ナチュラルタイプNo.7¥997（シャンティ）





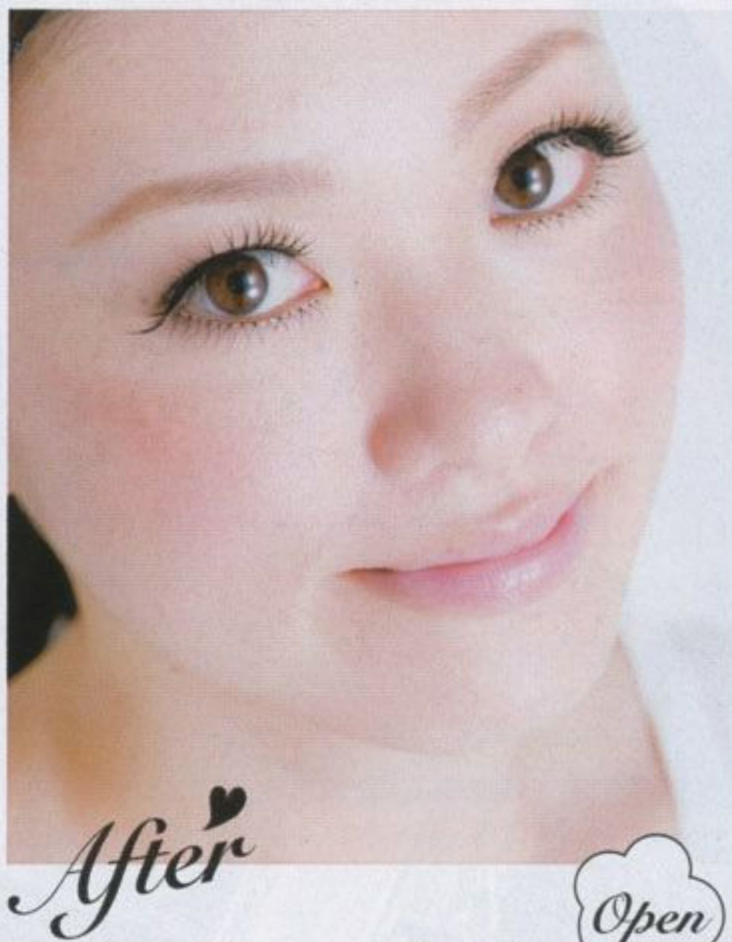
パッチリ美まつ毛で少女マンガのヒロインアイ。モテ度最大級で結末はハッピーエンド♡

2枚づけで女度がグーンとアップ。360度どこから見られてもスキなし！





根元が密で長さの出るタイプに、目尻を強調するタイプを重ねて。下まつ毛にもフルレングスを。上1・スプリングハート アイラッシュ04¥399 上2・キャンメイク アイラッシュ12¥525（井田ラボラトリーズ） 下・マギーメイ アイラッシュ25¥1,050（コージー本舗）





瞳を囲むようなびっしりのまつ毛で目力炸裂。この目で見つめられたら、完オチ必至！

重ねてつければまつ毛密集度120%! 最強目力で彼のハートをわしづかみ♡





上下にフルレングスタイプをつけ、ゴージャス度満点に☆ 上・フェイク アイラッシュ ラベンダーブルーム¥3,150（シュウ ウエムラ） 下・アストレア ヴィルゴ アイラッシュ プロフェッショナルセレクションNo.4¥1,344（シャンティ）





下まつ毛をオーバーライン気味につけて、自分の目よりも大きく、たれ目っぽく麗しく♡

こんなタイプもオススメ！ »



密集感ハンパなしの超ボリューム。 とびきり濃厚で、これ以上ないほどのまつ毛密度。アストレア ヴィルゴ アイラッシュ プロフェッショナル セレクション No.5¥1,344（シャンティ）



セレブ顔負けの長さ＆カール。 繊細で長い毛が、くるりんと強力にカール。翼のようにふんわりと広がる、ユニークなボリューム感が魅力。アイラッシュ＃44¥1,470（M•A•C）



大女優級の目力を手に入れて。 ロングとクロスの毛が絶妙に混ざり合って、ゴージャスオーラも最高潮！ TAKAKOスタイル アイラッシュNo.8シネマクラシック¥1,260（コージー本舗）

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

アイシャドウパレット1つあれば デカ目メイクが楽しくなる!!

失敗なしの同系色グラデから、グレー×ブルーのトレンドカラー、色とりどりのカラフルパレットを使った完全デカ目攻略術をご紹介! メイクの魔法が詰まった、使える一品を手に入れて。

NATURAL



イライトカラー

ットの中で、一番明るい色。
に入れて立体感を出したり、
まぶたの目頭にのせて、抜け
したりするのに使う。

インカラー

ットの主張色。アイホール全
ど、広い面積に使うことが多
パキッと鮮やかな発色のもの
メイクのアクセントになる。

メインカラー

このパレットの場合、やや明るいトーンなので、ハイライトカラーとしても大活躍。ミディアムカラーとも呼ばれる。

ダークカラー

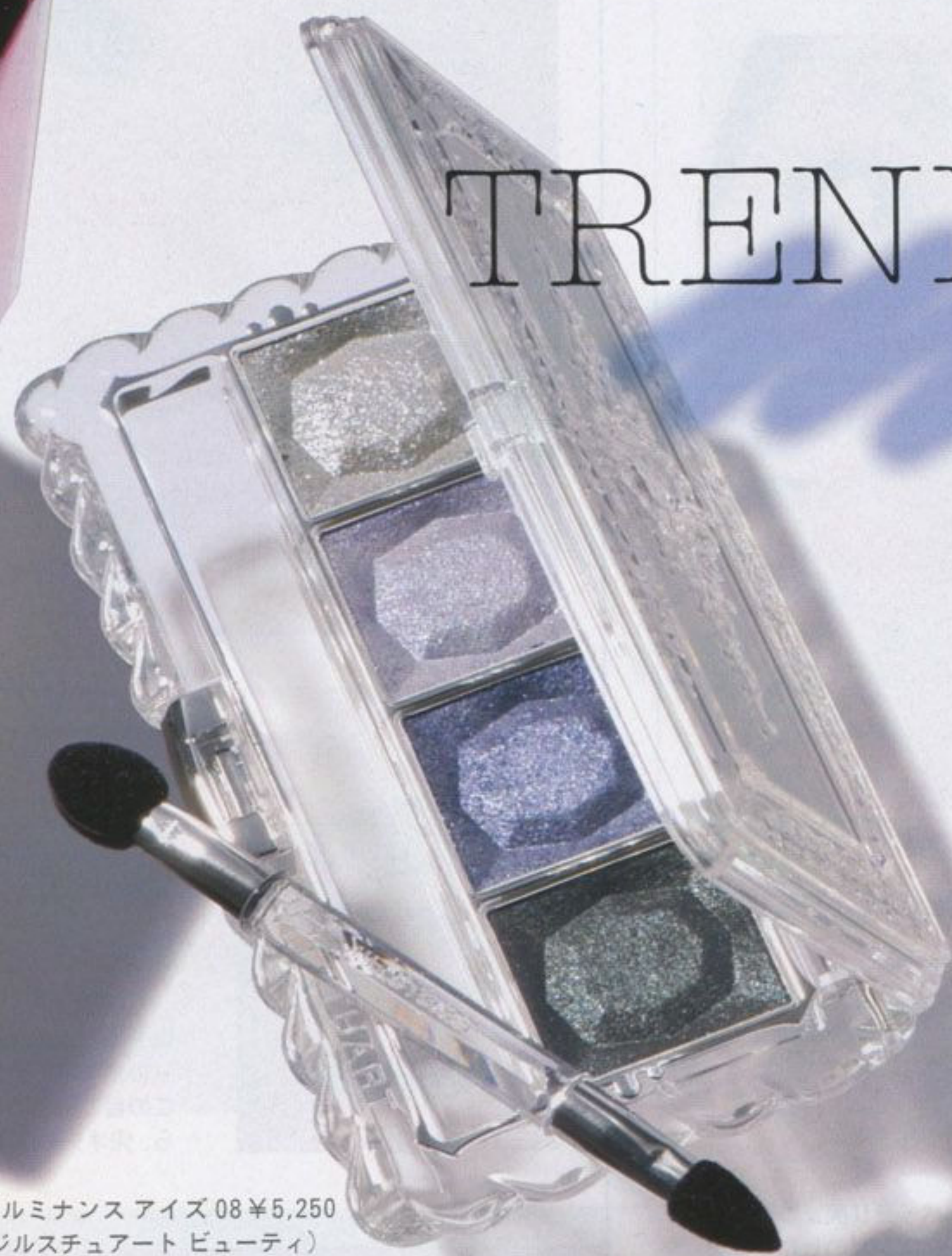
アイメイクを引き締めるため、まぶたの際に入れることが多い。アイラインが苦手な人は、この色をライン代わりに使ってもOK。

ブル アプソリュ パレット ル
センス F40 ¥6,930 11/27発
ランコム)



マジー デコ シャドウ ブリリアンス Ⅱ DC026 ¥5,775(コスメデコルテ)

TREND



イルミナンス アイズ 08 ¥5,250
(ジルスチュアート ビューティ)

COLORFUL

バリエ豊かなデカ目をつくれるのが、パレットの魅力!

パレットでデカ目をつくるには、色を適材適所使い分けつつ、なりたい雰囲気に近づけることがキモ。「たとえば、ハイライトカラーを上下まぶたの目頭側に入れて抜け感を出せば、ピュアなデカ目に。パレットメイクのカギを握るメインカラーは、アイホールプラス、下まぶたにも広く入れるのがコツ。二重幅くらいに横長にのばせばクールなデカ目ができます。ダークカラーは、まぶたの際に太くライン状に入れると力強いデカ目に」
　高橋さん曰く、パレットにセットされた色の使い方にルールは不要。基本をマスターしたら、自分なりのテクを開発して、デカ目メイクを楽しんじゃおう♪



メイク監修・高橋里帆さん
使う色や色をのせる面積を巧みに計算し、クール、フェミニン、セクシーなど多様なメイクをつくる。ほんわかキュートな人柄が、モデルの間でも大人気。

デカ目づくりの3か条

1. ハイライトカラーの抜け感で ピュアなデカ目が実現。
2. 目ヂカラアピールのために、下まぶたにもメインカラーを。
3. 目の縦幅を水増しする! 太く引いたダークカラーライン。

写真・寺田茉布(モデル)　長沼GaKU(物)　スタイリスト・鈴木のり子　ヘア&メイク・高橋里帆　モデル・斉藤アリス　イラスト・Chieko Hara (chienoix)　文・風間裕美子



NATURAL

花柄ワンピース¥28,350（サーカス＆コー／イエナ青山店☎03・5468・3222） ヘッドアクセサリー¥11,550（サレット／フラッパーズ☎03・5456・6866）

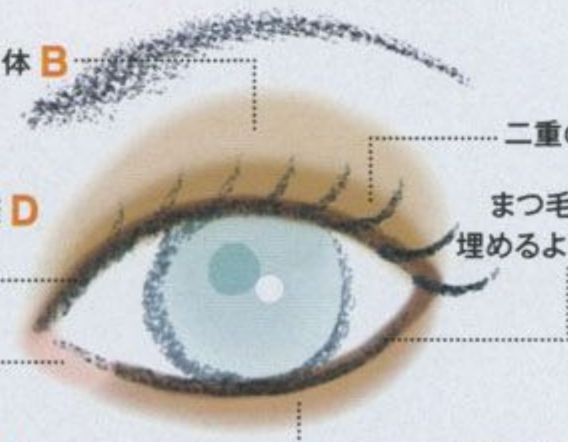
メイン&ダークカラーで目の上下幅を1.5倍に!?

「同系色のグラデーションがセットされたパレットは、失
しにくいのでメイク初心者にもおすすめ。今回はブラウン
の中でも、赤みを帯びた温かみのあるグラデーションを使
て、今年らしいナチュラルメイクに仕上げます。デカ目ポ
ントは、上に加えて下まぶたにも入れた、メインカラー&
ークカラー。囲み目っぽくしつつ、しかも目頭のハイライ
カラーで抜けをつくれば、目全体が大きく見えます」

抜けをつくらず、目頭までメイン&ダークカラーで囲っ
しまうとかえって目が小さく見えることもあるので要注意

[使ったパレット]





PROCESS





上まぶたは基本のグラデで。
まずは、上まぶたのメイクから。アイホール全体にBをのばし、二重の幅にCをのせる。まぶたの際に細く、Dのダークカラーを重ねる。



下まぶたに幅広ラインを。
次は、下まぶたに色をのせる。まず目頭から1/5までの長さにAをオン。付属のチップを使って、2～3㎜幅でラインを描くと、GOOD。



メインカラーは下にも。
Aをのばした残り、目尻までの長さ（下まぶたの4/5くらい）にCをラインぽくのばす。ラインの幅は2～3㎜。存在感を持たせて。



下目尻にラインを入れて丸目に。
下まぶたの、Cをのばした部分の際に、Dを入れる。まつ毛の間を埋めるように色を足すことで、囲み目風ラインを演出。パッチリ目元に。

コレも使える! お仲間パレット



ガーリーにシフトできる差し色のピンクがイン!
クリームアイライナー入りの、5色。ブラウングラデの中に1色だけ入ったピンクを下まぶたに入れると、ガーリーなニュアンスに。ゴールドアトラクション アイパレット¥5,775 11/6限定発売（クラランス）



色づきは淡くてもパールはしっかり輝く。
肌色になじむイエロー系なので、ダークカラーを太めに使ってデカ目をつくっても、ケバくならない。ナチュラル派でも抵抗なし。コフレドール カラーミキシングアイズ 01¥3,675＊編集部調べ（カネボウ化粧品）



オンとオフの切り替え可お役立ちのパール入り。
金粉のようなゴールドが、一
下にイン。オンタイムは、上
色で真面目グラデを。アフタ
5には上からゴールドを散ら
ば、お出かけメイクに。ミス
ィーク アイズ 02¥3,990 限
発売（RMK Division）

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。



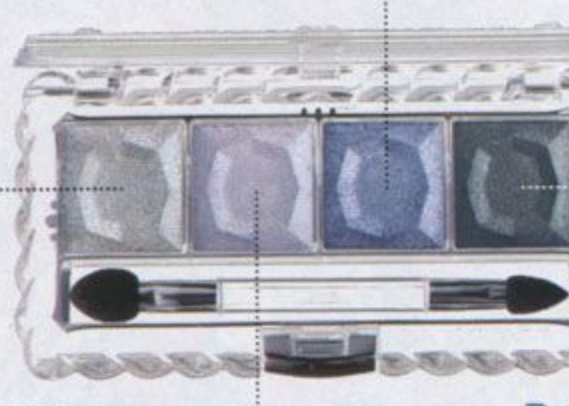
ペンコールワンピース¥39,900（グレースクラス／グレースコンチネンタル 渋谷パルコ店☎03・3477・8769）
ックレス¥4,116（アッシュ アンド ダイヤモンド☎03・5464・9939）

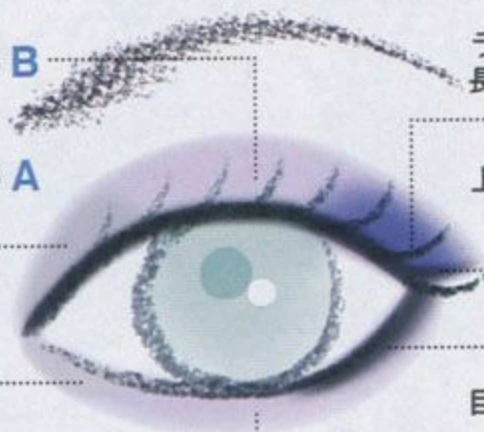
TREND

旬のブルー×シルバーパレットで 切れ長クールなデカ目にチャレンジ。

今年の秋冬トレンドになっているアイメイクは、ブルーグレー系×シルバーでつくる、ちょっとモードな雰囲気。「トレンドカラーのパレットで、切れ長クールなメイクをつくります。デカ目の秘訣は、実際の目の横幅より3～4㎜ほど長く描いた、上まぶたのダークカラーアイライン。そしてその上にのせた、深みのあるメインカラーです。さらに下まぶたの目尻側に描いたダークカラーを斜め下にぼかすことで、目の横幅を強調します。トレンドカラーのディープなブルーにマッチした、クールで力強いデカ目をつくれますよ」

［使ったパレット］





PROCESS





アイホールを2色に塗り分け。
アイホールの目頭側から1/3までの範囲に、ハイライトカラーのAを入れる。残り2/3の範囲には、メインカラーのBをのばす。



切れ長ラインは細チップで。
細いチップにDのダークカラーを取り、上まぶたの目頭から、目尻までに細くラインを描く。目尻にきたらそのまま、3～4㎜ラインをのばす。



目を横長に見せるマジック。
上まぶたに描いたDのラインに対して、ラインの目尻側から1/3の長さに、Cを入れる。目尻を強調し、目の横幅を長く見せるトリック。



ークカラーをぼかし入れる。
まぶたは、目頭から1/5までの長にA、残り4/5までにBをのせる。に目尻から1/3の長さにDを引き、かして色を広げる。

コレも使える！ お仲間パレット



濡れツヤベースで メイクの質感をチェンジ。
先端に入った、グロッシーベースに注目。完成したアイメイクに重ねれば、コーティングしたようにツルンとしたツヤが出る。ファシオ グロッシーレイヤードアイズ BL-4¥1,575（コーセーコスメニエンス）



さりげな旬顔になれる お上品パレット。
トレンドメイクにチャレンジしたいけど、濃いのは苦手、という人にぴったり。ふんわり優しい色づき。パールが細かく、オフィスでも浮かない。エスト エモーショナルマルティプルアイズ 05¥5,775（エスト）



ダークカラーの 締めっぷりがお見事！
淡く色づくダークブルーの中に、銀河の星のようなシルバーラメが浮いて、涼しげ。締め色がかなりダークなので、アイライナーなしでデカ目になれる。ルナソル スターシャワーアイズ 03 ¥5,250（カネボウ化粧品）

COLORFUL



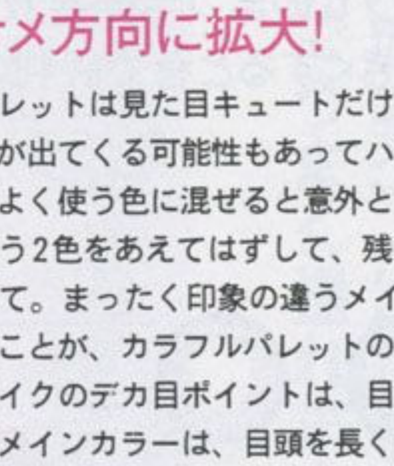
ボレロ¥25,200（グレースクラス／グレースコンチネンタル 渋谷パルコ店） チュニック¥10,500（シャーロット ロンソン☎03·5467·1889）
ヘッドアクセサリー¥18,900（サレット／フラッパーズ）

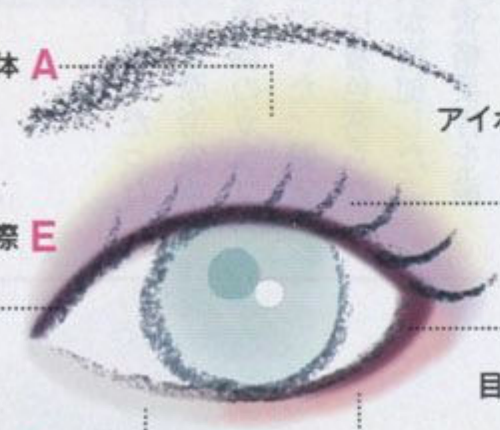
捨て色なしのカラフルパレットで目をナナメ方向に拡大！

カラフルパレットは見た目キュートだけれど、めったに使わない捨て色が出てくる可能性もあってハードルが高そう！「捨て色は、よく使う色に混ぜると意外となじみます。あるいは、よく使う2色をあえてはずして、残りの色でメイクを組み立ててみて。まったく印象の違うメイクを、2パターン以上つくれることが、カラフルパレットの魅力です」

カラフルメイクのデカ目ポイントは、目頭と目尻にあり。「上まぶたのメインカラーは、目頭を長く。下まぶたは目尻側を長くすることで、目全体を菱形にサイズアップします」

［使ったパレット］





PROCESS



まぶたの肌を明るく整えて。
上まぶた全体に、メインカラーのイエロー、Aをのばす。肌のくすみをカバーし、あとからのせる明るい色の発色をよくする役割も、期待。



目頭を鼻に食い込ませる勢いで。
アイホールに、Bのメインカラーを重ねる。そのとき、目頭は鼻のつけねに向かって長くのばして。次にEで上まぶたの際にラインを描く。



下まぶたも、カラフル！
下まぶたは、目頭から1/2にCを。残りの1/2には、Dを2～3㎜幅でのせる。Dをのせるときは、実際の目尻より少し長めに入れること。



締め色でタレ目ニュアンスを。
最後に、下まぶたの目尻から目頭へ向かって1/3の幅に、Eを入れる。まつ毛の間を埋める程度の細いラインで、目尻にアクセントをつける。



コレも使える！お仲間パレット



まばたきするたびプリズムがキラッ★
[illegible]色の大粒パールが光を受けて[illegible]ラキラ、ジュエリーみたい！[illegible]メタリックになって[illegible]でも活躍しそう。[illegible]プリズム・アイズ・パール[illegible],925 10/30限定発売（パルファム ジバンシイ）



憧れブランドの限定品はパールの質感がキレイ！
パールが放つ、しっとり濡れツヤが大人っぽい。締め色なしの、ピュアなメイクに仕上げてもキュート。サンク クルール イリディセント 169 ¥7,875 11/6限定発売（パルファン・クリスチャン・ディオール）



クリームを使えばラメ感グッとアップ。
中心2色は、ライン使いできるクリーム。淡いクリームをベースに使うと、パウダーのラメがより輝いてゴージャス。色持ちもよくなる。インテグレート ラインパワーアイズ VI350 ¥1,575＊編集部調べ（資生堂）

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

まつ毛育毛? mixiで話題の驚テクって?
気になるアノ事、教えて。

「ウワサのまつ毛美容液って本当に伸びるの?」から、「mixiのコミュで話題騒然の絆創膏を使ったくっきり二重裏ワザ」まで、目を大きくすると巷で評判のニュースの真相を、ananが徹底調査。本当にデカ目になれる鉄板テクニックだけを厳選してお届け!

Q ウワサの優秀ビューラー、私の目にはどれがベスト?

A 骨格や肉づき、まつ毛タイプからマイビューラーを決めましょう。

デカ目を狙うなら、ビューラーこそ最重要ポイント。適したセレクトさえできていれば、拡大効果3割増しも堅い。そこで今回は、人気のビューラーを細部にわたり検証。ジャストフィットなサイズを追求した揺るぎない王道ものをはじめ、まぶたの厚みや毛質、短いまつ毛などに配慮し、めきめき支持を伸ばしている対抗馬を比較。これまでの上手く上がらないストレスを解消し、自分史上最高のビューラーを手に入れよう。



アイラッシュカーラー 213 ¥840(資生堂)



平面的な"和顔"向き。早さは右に出る者なし。

プロのヘア&メイクさんの間でも愛用者が多い、定番中の定番。日本人の目の平均サイズに合わせて設計されているだけあって、欧米人に比べて彫りの浅いカーブの目元の人にぴったり。目頭から目尻までの幅も絶妙で、一本残らず一気にカールできる。

キッカ パーフェクト アイラッシュカーラー¥3,150(カネボウ化粧品)



掟破りのほっそり幅で短いまつ毛もキャッチ。

まつ毛を目頭側、目尻側の半分ずつの2回に分けて仕上げることを前提にした、細くややなだらかなカーブが特徴。短めでカールしづらい目頭や目尻の毛までしっかりとらえられるため、ワイドに広がったパノラミックなまつ毛も簡単。彫りの深い目にもおすすめ。

エクセル スプリングパワーカーラー¥840(常盤薬品工業)



直毛まつ毛もワンアクションでくるん。

カールがかかりにくい直毛タイプの人や、くるりとした"ドールまつ毛"を目指す人に。スプリングが利いたハンドルと弾力のあるゴムによって、まつ毛パーマをかけたかのようにカールアップ。最小限の力で仕上がるので、まつ毛の負担が少ないのもメリット。

アイラッシュ カーラー ¥2,100(SUQQU)



まぶたの厚みをぐっと押し上げ、根元ぱっちり。

腫れぼったいまぶたや奥二重など、根元がカールしづらい人はコレ。カーラー上部の出っ張りをアイホールに垂直に押し当てるとまぶたが持ち上がり、まつ毛を根元からしっかり挟める。先に仕上げたアイメイクに触れないため、まつ毛メイクは最後にするという人にも。

Q もうすぐカラコンが買えなくなるの?

A 許可された販売店以外では買えなくなります。



高品質で人気のカラコン。チバビジョン フレッシュルックデイリーズ10枚入り オープン価格(チバビジョン)

これまでは、雑貨扱いだったおしゃれ用カラコンと厚労省承認の高度管理医療機器のカラコンが市場に混在していた。雑貨扱いのコンタクトは着色落ちなど眼障害を患う人が増加したことから、11月から資格要件を満たした管理責任者のいない通販や販売店では購入不可に。眼科医の処方を受けて入手して。

Q ハリ不足、たるみ…目元トラブルをなんとかしたい。

A マッサージやパッチなど特別(スペシャル)アイテムで即撃退!

目元トラブルの放置は命取り! 一見、目の大きさとは無関係に思えるけれど、ハリ不足やたるみ、小ジワによって、アイゾーン全体がしぼむと、目だってきゅうっと小さく縮んで見えるのが真実。目元は繊細といえど、効果を高めるマッサージやツボ押しを一緒に行うのが正攻



写真・小川朋央 山口徹花 菅原景子 イラスト・田中麻里子 文・小林良子

Q 矢口真里さん、目力アップ&キレイに見える撮り方って?

A まず角度(笑)。次にピース、ライトでうまく撮れます。











1 角度
あごを引き、カメラを上に思いっきり掲げます(下の写真参照)。この角度で上目遣いにすると、デカ目に見えます。腕が疲れます。

2 ピース
すっぴんの時や寝不足の時など、目元に自信がない時は、ピースの力でごまかします(笑)。指でクマがちょうど隠れるんです。

3 ライト
部屋の電気が顔全体に当たるよう体を反らすことで、目がキラキラに(笑)。結構腹筋使います。アイドルは照明命ですから。

4 カメラ
蛍光灯の下や車内だと顔色が悪く写るので、蛍光灯モードやオレンジモードなど、明るさを変えて、顔色を明るく見せています。

もともと大きな瞳が印象的な矢口真里さんだが、ブログ「初心者です。」には、さらに目が大きく見える写真がいっぱい! 実はこれにはコツがあるそう。「角度や光など、ちょっとしたことに注意するだけで、誰でもデカ目に撮れますよ。カメラの画素数も、200万~300万ぐらいの方が、肌がムラなく見えて都合がよかったり(笑)。とにかくたくさん撮る。ブログの写真も、一度で決まることはほどんどなく、何度も撮り直しています。実は気合入っているんです。あと、これはカメラテクではないですが、黒目コンタクトやタレ目風のアイライン、まつ毛エクステは、目を大きく見せるのに欠かせません!」

矢口真里さん
歌手、タレント。明るいキャラクターとキュートなビジュアルで、お茶の間に欠かせない存在。デカ目写真で話題のブログ「初心者です。」http://ameblo.jp/mari-yaguchi/

Q 長さ、本数、太さ…まつ毛エクステのオーダーにコツは?

A パッチリのデカ目になりたいなら過度な長さ、太さ、強さはNG。

目をサイズアップしたいあまりの過剰なオーダーが、実は"落とし穴"と言うのはケサランパサランの野田ひろみさん。「例えば、自前のまつ毛よりエクステが太すぎるとその重みで白目の影になったり、長すぎると目ではなくまつ毛にばかり視線が集中したり。また、量が多すぎると、目元が黒く囲まれて目自体が逆に小さく見えます」

それらの注意点を踏まえた上限が、「長さ13㎜、片目80本、自前まつ毛とバランスのいい太さ」。目の形に合わせメリハリを作ればデカ目は確実。

読者が体験!

BEFORE



AFTER...



入念なカウンセリングの結果、目の優しい雰囲気を活かしてナチュラル&ドールまつ毛にすることが決定。幅の違う左右の二重もバランスよくなった。





左・20~30分に及ぶカウンセリングで使う、カウンセリングシートとオーダー表。右・まつ毛一本一本に、ツイーザーでエクステをつけていく。

[ケサランパサラン アイラッシュデザイニング]「新宿伊勢丹ビューティパーク1」や「有楽町西武」をはじめ、全国に21店舗あり。単にまつ毛に存在感を与えるにとどまらず、悩みを解消し、個性を引き出して印象的にするデザインが人気。両目計100本¥9,450~。



野田ひろみさん
ケサランパサラン アイラッシュデザイニング トレーナー。デカ目はもちろん、コンプレックス解消やエイジングケアなど、まつ毛ひとつで印象を操るエクステ界のご意見番。



らくらくマッサージで敏感アイエリアを攻略。
むくみ、たるみを徹底ケア。パッケージには、成分の浸透を助け、目元をひんやりクールダウンできるアプリケーターがドッキング。カプチュール トータル アイ R 15㎖¥10,500(パルファン・クリスチャン・ディオール)

年齢を感じだした目元をピンッとリフト。
乾燥による小ジワやたるみ因に、肌の内部からアプロ する強力リフトケアクリー リッチな感触で、デリケー 目元になじみやすく、ハリ 力を引き出す。マッサージ 最適。ダーマフォースアイ ¥6,300(オバジ)



"匙圧美容"で目元の明るさをアップ。
アイスプーン付き。目の周りが疲れている時、パッティングしたりツボをプッシュすれば、血流が高まりくすみ感を一掃。医薬部外品。センシエンス バイタラクティブアイポット30g¥10,500(アユーラ ラボラトリーズ)



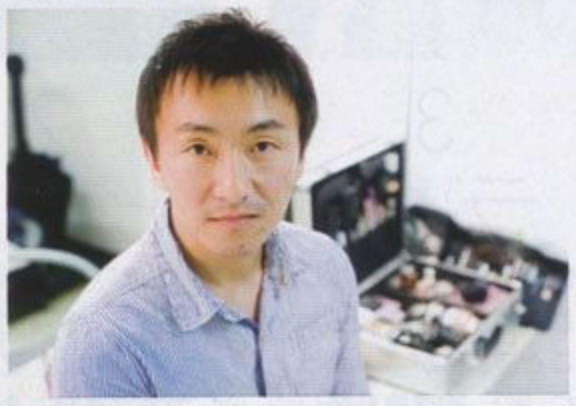
いつでもどこでも、10分でお疲れ回復。
植物由来のエキスを抱え ル状パッチは、メイクの上 も使えるスグレモノ。たっ 分で、クマやむくみを和 元気な目元に。

このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

ギャルっぽいぱっちりアイメイクはどうやるの？

目を立体的に見せるブラウン系だと、自然なギャル目になります。

益若つばささんなどを担当するギャルメイクの達人・KITAさんが、ギャルのぱっちりアイメイクのコツを伝授。「ギャルメイクは、眉と目の距離を近く見せるために、まぶたを立体的に見せたり、眉を下めに描くのが基本。あまり色を使わないので、気軽に取り入れられます。今回は、長めのくっきりアイラインと立体アイシャドウの2つを紹介します」



KITAさん
『S Cawaii』や『ポップティーン』などの女性誌で活躍するヘア&メイクアップアーティスト。きっちりとした理論と、わかりやすい語り口でファンも多い。

NEWS!!

さらにデカ目を目指すなら、黒目コンタクトレンズ。

スナップページや矢口真里さんなど、デカ目な女の子の使用率が高かったのは、コンタクトレンズで黒目を大きくする方法。特にギャル系メイクの女の子にはブラウンが人気みたい。度入りのコンタクトレンズなら、普段のケアと変わりなく手軽にデカ目になれるので、今や定番のアイテムに。「アキュビュー」では2色を展開。なりたいイメージで選んで。



ワンデー アキュビュー ディファイン オープン価格（ジョンソン・エンド・ジョンソン）




P.50～のSNAPページでも、黒目コンタクトは大人気！ もともと大きな瞳が、さらに印象的に。








2
Bのパレット左、黄みブラウンを、上まぶたの二重幅より少し広めに広げる（内側を広めに）。下まぶたは目尻3分の2に広げる。



1
Aのパレットの左上のゴールドを、上まぶた全体、眉の付け根まで（内側を広めに）、下まぶたは目尻側を広めに全体に入れる。



3
Bのパレット右のこげ茶を、上まぶたキワにラインのように入れる。Aのパレット左下のプラチナホワイトを目頭に放射状に広げる。



A



B

使用色はコレ！
Aルナソル スター[illegible]ャワーアイズ 05 ¥5,250（カネボウ[illegible]）　B[illegible]ズ デュオアイシャドー 3070 ¥4,2[illegible] ナーズ ジャパン）





1
上まぶた全体にブラウンのシャドウを広げた後、黒のリキッドアイラインを。目を閉じた時に水平に5～6㎜はみ出すように。



2
下まぶたにブラウンのペンシルアイラインを。目頭側は粘膜に引き、黒目の下辺りで皮膚にはみ出すように。綿棒でぼかす。



3
黒のペンシルアイライナーで、上と下をつなげるイメージで目頭に[illegible]く。ペンシルだと[illegible]してもぼかしやすい。

コンタクトにマスカラ、目ヤニが黒かったり…目に悪いよね？

…ラ専用のコーム型…バーで簡単オフ。
…ジュ マスカラ コーミング…ー¥1,575 ※編集部調べ
まつ毛全体に塗布し、ふ…スカラ専用リムーバー。化…も使える。

諦めるしかない？

アーユルヴェーダ、高周波ケア…プロの強力ケアで解決。

自分ではなかなか行き届かない、瞳や目袋のお手入れ。しかしコレこそが、目のアピール力を高める最終仕上げ。プロに任せてしまうのが勝利の法則。瞳の濁りには眼科医が携わるアーユルヴェーダのトリートメントが、年齢とともに存在感の増した目袋にはサロンでしか扱えない高周波&低周波ケアが有効。いずれも目の疲れからくるクマやくすみ、乾燥によるシワなどのトラブルケアも強力にフォロー。ここぞという時の奥の手としてリストに加えて損なし。

気になる"目袋"が引っ込むマシンケア。

くすみ、クマ、たるみ、小ジワ…と、目の周りのすべての悩みに応えるために考案されたスペシャルメニュー。特に、目を小さく見せてしまう"目袋"の出っ張りまでケアできるのが、ほかにない特徴。施術ではまず、高周波インディバ&低周波で深部の筋肉にアプローチした後、老廃物をきちっと流すために、なんと顔全体から首までマッサージ！　受けている途中から目の開きが楽になるのがわかるほどの即効性も頼りがいあり。



［STYLE M］目力革命70分¥14,490、リフトアップ＋引き締めメニューもセットの「目力マニア」も。東京都渋谷区神宮前4－11－6　表参道千代田ビル3F　☎03･5771･1150　㊔11：00～20：00　土・日・祝日10：00～19：00　無休　予約制　http://www.style-m.jp

潤んだピュアな瞳が手に入るビックリ療法。

インドの伝承医学・アーユルヴェーダを応用した驚きの"瞳トリートメント"がこちら。眼科医の指導のもと、目に「ギー」と呼ばれる無塩バターを、温めて流し込むことで、乾きがちな瞳が保湿され、白目の透明感がアップ。トリートメントでは、目元から耳にかけてのツボ押しが入るほか、充血などの症状に合わせて点眼液がブレンドされるため、眼精疲労も改善される。PCや携帯で酷使され、濁ってしまった瞳にてきめん！



［三井メディカルクリニック］ネトラバスティ30分¥5,250　東京都港区赤坂5－4－11　山口建設第2ビル3F　☎03･5775･3364　㊖9：30～18：30　水曜休　予約制　http://mmc.ortho-k.co.jp/







周りの人に眠そうな目と言われます。

簡単な目元体操で、驚くほど効果が！

「眠そうな目は、目を開く筋力不足が原因。この筋力は、20歳をピークに衰えるといわれています。目を酷使する現代人は、さらにその傾向が。解消するには、私の提案する眼輪筋エクササイズが有効です」（スタジオHOWフェイスストレッチング講師・佐藤利絵さん）

まずは一日3セット。3週間ほど続ければ、目がぱっちり！



佐藤利絵さん
スタジオHOWフェイスストレッチング講師。雑誌のほか、企業やカルチャーセミナーで美肌や印象アップのための表情筋エクササイズをレクチャー。http://www.studiohow.co.jp/

1 疲れをスッキリ。

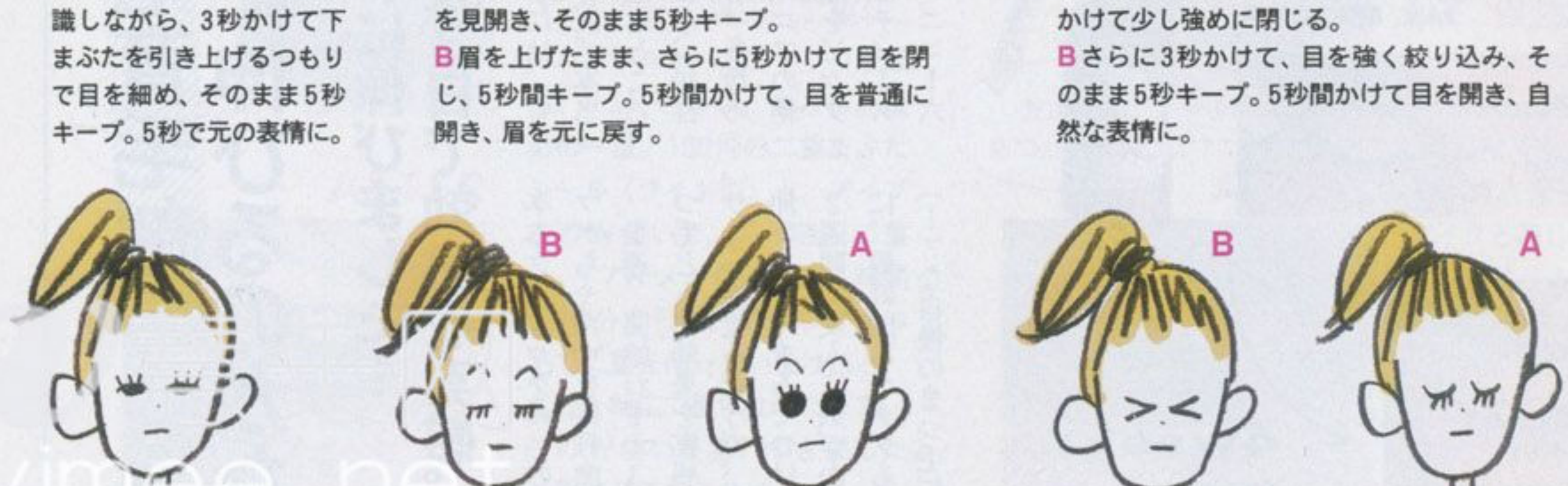
Aアイホールを囲む「眼窩筋」を意識しながら、3秒かけて軽く目を閉じ、その後また3秒かけて少し強めに閉じる。
Bさらに3秒かけて、目を強く絞り込み、そのまま5秒キープ。5秒間かけて目を開き、自然な表情に。

2 腫れぼったさを解消。

Aまぶたの上にある「上眼瞼挙筋」を意識しながら、5秒かけて眉を上げると同時に、目を見開き、そのまま5秒キープ。
B眉を上げたまま、さらに5秒かけて目を閉じ、5秒間キープ。5秒間かけて、目を普通に開き、眉を元に戻す。

3 見開く力をアップ。

アイゾーン全体の筋肉を意識しながら、3秒かけて下まぶたを引き上げるつもりで目を細め、そのまま5秒キープ。5秒で元の表情に。



引くのは今のトレンド。しかし、ちゃんとメイクオフしなければ、汚れが蓄積し、結膜炎などの眼グがマスト。マスカラ専用ポイントリムーバーや、洗眼薬で、残りやすい汚れをすっきりオフ。





アイメイクを落とす洗眼薬が登場！
ロートリセ洗眼薬80㎖¥609（ロート製薬）　アイメイクを落とした後や、コンタクトをはずした後に。アイカップの中でまばたきして、気持ちもリフレッシュ。



 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

髪型で目は大きくなる?

もちろんです! キーは厚め&ギリギリの前髪。

実は前髪にも目を大きく見せる効果が。人気サロン『ユーレルム』の高木裕介さんが、デカ目へアカット&アレンジを紹介。「目のラインに沿って、前髪を長め、かつ厚めにカットすることで、目の印象が強くなります。顔まわりにボリュームを出し、それ以外で抜け感を作ると、小顔効果&今っぽい雰囲気。黒髪にも明るい色の髪にも使える、万能テクニックです」

BEFORE





「まずはさわやかな印象の"ラウンド前髪"を紹介。目のラインより少し短いセンターの前髪と、目の丸みに沿った、黒目～こめかみの前髪で目が丸く、大きく見えます。立体的なカットなので、小顔効果も。目の上が短めなので、マメに前髪カットができない人向き。サロンでは、『厚め前髪でラウンドさせてください』とオーダーして」

次はミステリアスな印象の
ギリギリ前髪"を。目のライ
ギリギリなので、マメにサロ
へ行ける方にオススメ。下の
ルフカットを実行するなら1
月半に一度、そのままなら1
月に一度のサロンでの前髪カ
トが必要。前髪だけカットに
てくれて、もちろん構いませ
。サロンでは『目のラインギ
ギリで』とオーダーして」



TYPE1 AFTER



TYPE2 AFTER



と目の間の前髪（幅3cm程度）をすき
サミで5mm程度縦にカットすると、毛
流れが変わり、前髪がセンターから後
に流れる。これを実行すれば、サロン
行く回数が少なくなる!



せっかく完璧に切った前髪も、寝グセがついていては台無し。そこでオススメしたいのが、ホットカーラーでクセを直す方法。ホットカーラーを両手に持ち、前髪にゆっくり通すだけ。濡らすより簡単。



高木裕介さん

サロン『ユーレルム』代表。得意なスタイルは全部、という頼もしいスタイリスト。アットホームな雰囲気のサロンで、家でのケア法まで親身になって話を聞いてもらえる。

まつ毛育毛剤、本当に伸びるのかな?

ホントに伸びました! 開始後3日で効果を実感。

美意識の高い女の子には、もはや定番のまつ毛美容液。本当に伸びるのか、気になるところ。そこで新人編集Mによる、30日間体当たり実験を敢行。多数の商品の中から、美容マニアの絶大な支持を誇る2商品をピックアップ。右まつ毛にラティース を、左まつ毛にアヴェニュー六本木クリニックの「のび～るマツゲちゃん」を毎日塗布。早速、開始わずか3日で両まつ毛ともに効果を実感。マスカラを一度塗るだけで、驚くほど伸びる! まるでつけまつ毛。2週間で友人に気づかれるほどに。最終的にラクダもびっくり（!）な自慢のまつ毛に。



お風呂上がりに塗布するだけなので、簡単。所要時間は30秒。毎日終電帰りの新人編集Mでも、難なく続けられた。「のび～るマツゲちゃん」はメイク前、メイク直しの時にも使える。



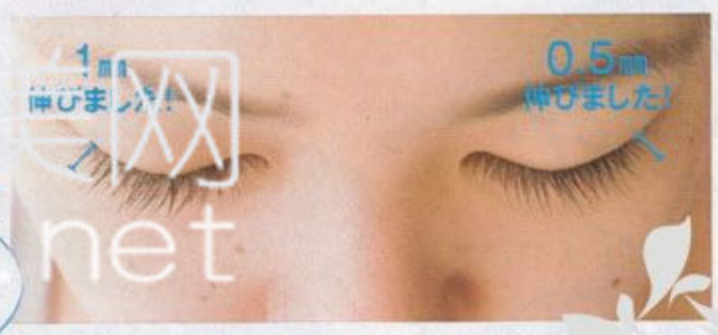
ラティース約1か月分 3mℓ ¥18,900（シロノクリニック） 使い捨てアプリケーター（左右各1本）のブラシ部分に1滴垂らし、まつ毛の付け根に。塗布部分以外の薬剤をふき取って終了。毎晩1回。





のび～るマツゲちゃん 5mℓ ¥5,250（アヴェニュー六本木クリニック） 1日2～3回、まつ毛の根元から全体に塗布するだけ。先が柔らかいスポンジ状なので、気持ちいい。編集Mは、朝晩2回使用。

4weeks later...



素顔を見た友人に、驚かれました!

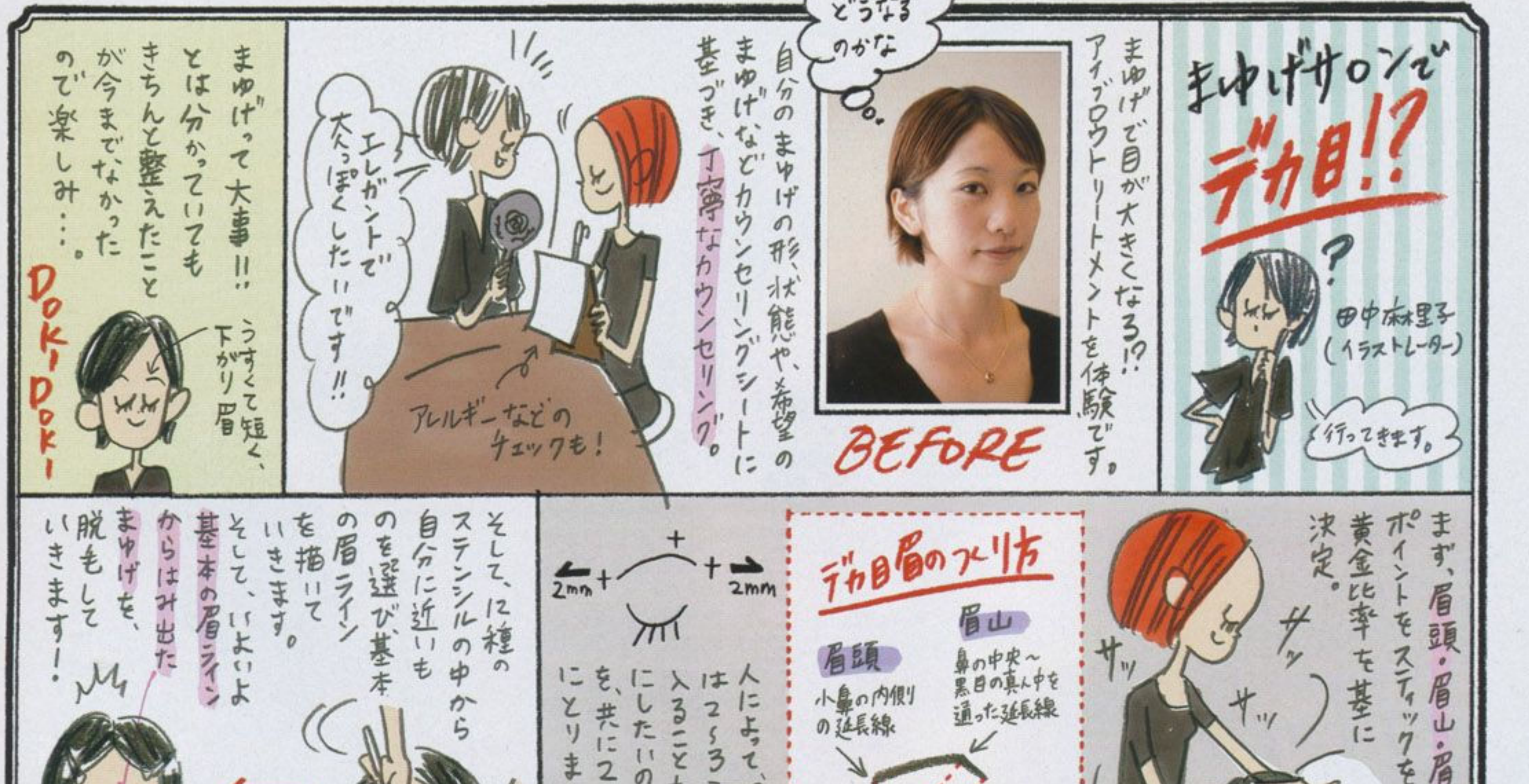
長くなったのはもちろん、太く、強くなった印象。ビューラーも軽く使うだけで、くるりんまつ毛に

Q デカ目に見せる眉のベストな形って?

A 目を引き立てる眉の形があります。バランスがポイント。

エサージュ」に、イラストレーターの田中麻里子さんが潜入！「目と眉のバランスを考えながら、毛流れを活かして眉を整えると、立体的に目を印象づけられる」とスタッフの小林さん。下の鉄板ルールを参考に、あなただけの眉を見つけて！

- 黒目の上の辺りに濃い色をのせる。
- 眉と目の間隔を狭める。
- むやみに毛をカットしない。
- 顔全体のバランスに注意。
- 目と眉の角度を平行に保つ。



田中麻里子さん
多数の女性誌やフリーマガジンで活躍するイラストレーター。キュートでナチュラルなイラストが得意。キレイな素肌と瞳が印象的な、ナチュラル美人。

［アイブロウサロン エサージュ］東京都港区南青山5－18－10 アデッソエムス1〜2F ☎03・3400・5536 営月〜水曜10：00〜21：00（最終受付20：00） 木・金曜11：00〜22：00（最終受付21：00） 土・日・祝日11：00〜19：00（最終受付18：00） アイブロウトリートメント60分￥6,300



Q mixiの目力コミュがスゴいらしい。

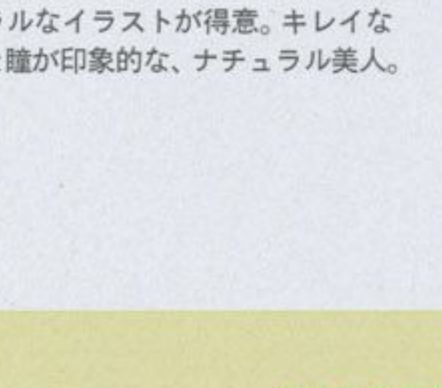
A 整形並みのアイメイクテクニック満載で、盛り上がってます。

BEFORE



W使いでまぶたをリフトアップ。

AFTER



二重まぶたシールとアイプチで幅広二重に。

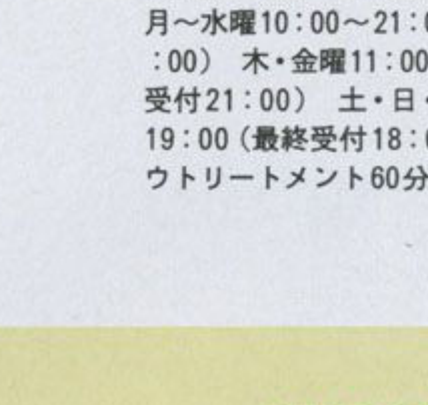
ハンドルネーム、ドリフト娘（≧∇≦）さんは、もともと重めの一重。100均の二重まぶたシール（ワイド型）と、アイプチのW使いで、くっきり二重に。「アイメイクにかける時間は10分くらい。前はつけまつ毛で二重を作っていたけれど、もっと幅広二重になりたくて、このW使いを思いつきました。一重さんにオススメ」

BEFORE



友達にも気づかれない。

AFTER



絆創膏を小さくカットして、自然な二重に。

ハンドルネーム、＊MIHO＊さんは、絆創膏で二重を作成。「目の幅くらいの長さで、幅1㎜に絆創膏をカットして、メザイクと同じ要領で作りたいラインに貼ります。100均で売っている60枚入りとかの絆創膏でOK。1枚で1週間分作れます。布でできた絆創膏は不向き。ツヤツヤの茶色か透明がいいかな。慣れれば所要時間は5分」

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。



Takako Tokiwa

メイクだけでは説明がつきません。
印象に残るのは、強い目のチカラ。

目ヂカラをテーマにした今回の撮影。白と黒という正反対のルックをまとった常盤貴子さんは、どちらの写真でも眼差しの強さを見せてくれた。

瞳に独特な魅力を持つ常盤さんは、人と関わるなかで、視線に特別な気を配ったりするのだろうか？

「特に気をつけてはいないけど、人の目をガン見するクセがあるみたいなんです。中学くらいの頃は、よく注意されました。『相手に勘違いされるから、やめたほうがいいよ』って(笑)。大人になったら、さすがに相手も大人なので勘違いする人もいなくなって、注意されることもなくなりましたけど」

同じく目を見るクセを持つ人とは、よく視線が重なり、外すことができず困ることもあるそう。

「いつ外していいか、タイミングを計れず困ったり。でも視線が合うと、初対面の人でもすごく印象に残るし、相手に興味が湧きますよね。目から相手の気持ちを探ることができるので、その人を理解できるような気もする。逆に伏し目がちで目を合わせない人は、心に壁をつくって人をブロックしているんだな、と感じます。目って、正直な感情が表れるものですよね。『目は口ほどにものを言う』っていいますけれど、昔の人はうまいことを言ったものです」

ベテラン俳優の目ヂカラに心をゆさぶられることも

思いを目で表現することは、演技においても大切。そのことを、共演した俳優の演技から実感することがあるとか。今月から公開される主演映画『引き出しの中のラブレター』は、ラジオのパーソナリティ[illegible]た常盤さん。リスナーからの手紙を通じて人の想いを描く本作で、尊敬する俳優さんと共演し、その演技に感銘を受けたそう。

「ベテランの俳優さんがどういう演技をなさるのか、とても楽しみにしていたんです。なかでも仲代達矢さんの目は、お芝居をしながらも惹きつけられました。映画の中で、仲代さんに睨まれ『帰ってくれ！』って言われるシーン



常盤貴子さん

女優。1972年生まれ。10月10日（土）には全国で主演映画『引き出しの中のラブレター』が公開になる。ラジオのパーソナリティを演じる本作と連動し、10月12日（月）にはJFL5局でラジオ特番に出演。

があるのですが、目を見たら本当に怖くて。『すぐ帰ります』って[illegible]になっちゃった(笑)。仲代さ[illegible]優さんたちって、普段から[illegible]がすごい！ 目が合うと心臓[illegible]キして動けなくなってしまう[illegible]るんです！ 目ヂカラを実感[illegible]」

人の目を見ることで目ヂカラはアップする。

右ページで披露した、ま[illegible]で白く塗るメイクは、常盤さんの[illegible]案。

「逆転の発想っていうのかな[illegible]イラインやアイカラーで目を[illegible]縁取[illegible]目は大きく見えます。でも目の[illegible]周りを白くすると、あれ、白くしているんだ!? って、目に注意が集まるじゃないですか。そうすることで、逆に瞳を印象づけられる、と今回の撮影で納得できました。このことは、この先映画やお芝居の仕事をやっていく上で、とても宝になる発見です」

アイフレームを含めた目ではなく、瞳だけでも目ヂカラは出せる。なぜなら目が放つパワーの源は、瞳の奥に垣間見える感情だから。

「目に表情のある人って、見ていて楽しいですよね。そういう人には、惹きつけられます。意識してもしなくても、目には正直な感情が出ているはず。だから人に想いを伝えたいなら、素直な気持ちで相手の目を見ることが大切なんだと思う。それが目ヂカラにつながるのだと思います」

右ページ・ブラウス￥40,950（モトナリ オノ／エスティーム プレス☎03・5428・0928）　ファーハット￥78,750（ミュールバウアー／test,☎03・5775・1537）　コットンパールの1連ネックレス￥25,200　同3連ネックレス￥39,900　同6連ネックレス￥50,400　同1連ネックレス（スワロフスキーのネックレスとセットで）￥33,600（[illegible]☎03・[illegible]・5436）　左ページ・[illegible]￥97,[illegible]　[illegible]￥82,950（共に[illegible]／PR0[illegible]☎03・57[illegible]）　ベスト￥43,050（[illegible]オノ／エスティーム プレス）　右の[illegible]ヘッドドレス￥63,000（[illegible]／test,）　[illegible]￥21,000（Sa[illegible]☎03・3373・5404）　クロスネックレス￥25,200（YOSHiKO CREATiON／PR01.）



JAPAN FM LEAGUE 5局ネット
JFL SPECIAL

LETTERS

~引き出しの中のラブレター~

ナビゲーター：常盤貴子　金子奈緒

放送日：2009年10月12日(月・祝) 生放送

放送時間	
FM NORTH WAVE（札幌）	20:00~21:50
J-WAVE（東京）	20:00~21:50
ZIP-FM（名古屋）	20:00~21:50
FM802（大阪）	19:00~20:55
cross fm（福岡）	20:00~21:50

あなたの言葉を、
待っている人がいます。

映画「引き出しの中のラブレター」に登場する
番組の雰囲気そのままに、
伝えられなかった思いとリクエスト曲をご紹介します。

離れて暮らす大切な人に、なかなか言えない「ありがとう」
近くにいるのに、照れくさくて言い出せない「ごめんなさい」

レギュラー番組「LETTERS～引き出しの中のラブレター」も
JFL5局でオンエア中〈10月9日(金)まで〉

インターネットラジオ「Brandnew-J」でもオンエア
http://www.j-wave.co.jp/bnj/

Yahoo! JAPANで検索　ラブレター　検索

引き出しの中のラブレター　10月10日(土)より、丸の内ピカデリー他全国ロードショー

監督：三城真一／出演者：常盤貴子　林遣都　中島知子　岩尾望　豊原功補　八千草薫　仲代達矢　他／上映時間：1時間47分／主題歌：《椛～momiji～》 Skoop On Somebody (SMEレコーズ) 音楽：吉俣良／小説：「引き出しの中のラブレター」新堂冬樹（河出書房新社刊）／原案：「届かなかったラヴレター」（文芸社刊）／製作：「引き出しの中のラブレター」製作委員会 www.hiki-koi.com／配給：松竹

街の目美人 31人SNAP あなたの大き目テク、教えてください!!

憧れは、吸い込まれるような大きな瞳。街で目を引く"デカ目"美人をキャッチ。この小さなパーツにかけるこだわりは、みなさんプロ級。シャドウで立体感、くるんとカーブしたまつげで目幅拡張など、すぐにできるリアルテクが満載です!

つけまつげ

街では常識アイテム。主流は部分使い!

ananスナップ隊の目にとまったデカ目の女性たち。そのほとんどがつけまつげ愛用者。もはやアイメイクにおいてつけまつげは定番アイテム。さらに上級者は2枚、3枚(!)、重ねづけをしたり、と優秀テクニックが。好きな幅にカットして目尻などに部分的につけたり、オリジナルテクニックを使っているよう。

部分用を目尻に使いながら自分のまつげも活かします。





有賀由依さん
美容師

「切れ長に見せたくて『TAKAKO』の目尻用まつげを使用。中央はマスカラの後にホットビューラーでしっかり上げます。つけまつげとのバランスをとるために、下まつげにもたっぷりマスカラを塗ります」

Point 目尻はつけまつげ、中央は上下にマスカラを。クールなデカ目の完成。





中野亜美さん
『シュウ ウエムラ』PR

「いつも『シュウ ウエムラ』のアイテムを愛用しています。今日は目尻用のつけまつげをポイント使い。つけまつげをつけた時は、アイシャドウやラインも普段よりしっかりめにして、目の印象を強めます」

好きな幅にカットしてポイント使いしてます。





清水望未さん
学生

「ナチュラルな感じのデカ目にしたいから、1/3くらいにカットして目尻にちょこっとつけるだけです。ラインを目尻にかけて太めに引くと、つけまつげの境目も目立ちません」。これはさっそくマネしたいテクニック。





石坪沙織さん
大学生

「上下のつけまつげがセットになったものを『ドン.キホーテ』で購入。安いから遠慮なくたくさん使えて便利。上下の目尻にボリュームを持たせて、タレ目っぽく見せています。お手本は若槻千夏さんです」





清水理沙さん
学生

こちらは学生さんらしいナチュラル系。「つけまつげは『ドン.キホーテ』で99円。安いからまとめ買いです。全体に扇状に広がるもので、長すぎず、さりげない感じ。仕上げに、上下にマスカラをたくさん塗ります」





市原理愛さん
学生

「大好きな浜崎あゆみさんをイメージしてアイメイク。つけまつげは上まぶた全体につけて、目尻が少し長めになっています。目尻にかけてジェルライナーで二重のラインを描きます」。まさにキュートなあゆ風!

まつげをつける位置で目の大きさが変わります。





八木麻衣子さん
大学生

「つけまつげを、目のラインより少し外側にオーバーさせると目が大きく見えるんです。隙間はジェルライナーでラインを引いて埋めます。丸いタレ目にしたいので、下の目尻にもしっかりラインを引きます」

Point 目尻を少しオーバーさせる。ラインの効果もあって5割増しの目に。

デカ目SNAPアンケート①

Q 現在使っているアイメイクアイテムと、使ってみたいアイメイクアイテムは?

つけまつげはなんと、4人に1人が使用している結果に。慣れるとメイク時間が短縮できるという声が多数。挑戦したいアイテムは、ナチュラルに仕上がるまつげエクステが圧勝。

使っているアイテム

マスカラ	100%
アイライン	90%
つけまつげ	28%
まつげエクステ	7%
まつげパーマ	7%
メザイク	2%

ドンキなどで多数購入して、運命の一枚を見つける人多し!

挑戦したいアイテム

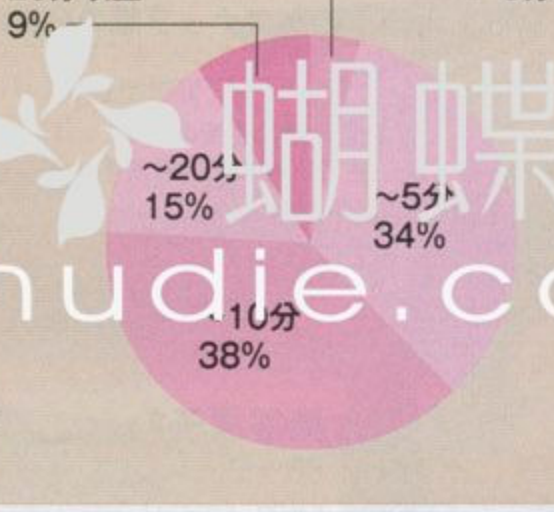
まつげエクステ	61%
カラーコンタクト	31%
まつげパーマ	15%
つけまつげ	7%
メザイク	6%
アイプチ	1%

初挑戦の時、自分の目の大きさに驚いたという人も。

デカ目SNAPアンケート❷

Q アイメイクにかける時間は？

5～10分が全体の7割に。対して、20分以上は1割ほど。つけまつげ、まつげエクステ愛用者は、アイメイク時間短縮に成功している傾向が。バッチリメイクに時間は比例するというわけでもないみたいです。



パッツン前髪

ヘアスタイルで目ヂカラUPの法則。

スナップ中に見えてきたのが、前髪と目の関係。「目ヂカラあり！」と思った人の"パッツン前髪"率の高いこと！　目の上のギリギリのラインで前髪を切り揃えて、まゆげを隠すことで、目の存在感が強まる、という法則。パッツン前髪さんならではのアイメイクのテクニックも参考にしたい。

バングスのサイドのカーブがポイントです。




川口エリカさん
会社員
バングスの両サイドのカーブが目尻の丸みのあるラインを際立たせている。「目が映えるように、前髪はまめにカット。アイメイクは、マスカラを塗った後にコームをかけてダマを取り、キレイめに仕上げるくらい」

フルバングスにしたら目の形が際立ちました。




金子真由美さん
美容師
黒髪、フルバングスの個性的なヘアスタイル。横に幅広い目と前髪がベストマッチ。「上まぶたは、アイシャドウよりライン重視です。髪の色に合わせたブラックを切れ長に引きます。下まつげはマスカラオンリー」




井上麻奈美さん
販売
「ラインは上にしっかり引き、下まぶたはマスカラを塗る程度。ツリ目なので、目尻にブラウンのシャドウをのせて柔らかい雰囲気に」。ナチュラルブラウンの前髪とカラーコンタクトの色を合わせる技も効いてる！

まつげエクステ

メイクの楽さが一番! カラーも流行中。

サロンのまつげエクステを体験すると「もうやめられない！」と言う人が多数。毎日のマスカラなしで、目ヂカラをキープできるのはやっぱり楽。最近はただ本数を多めにするのではなく、形やカラーにもこだわる人が増えてきている模様。まつげエクステをした上でのアイメイクにも、それぞれこだわりがあるよう。

カラーのエクステでメイクの幅が広がりました。




hitomiさん
美容師
「まつげパーマをした上にエクステを。渋谷の『diva』というサロンで、カール抑えめの70本ぐらい。ピンクのカラーエクステを混ぜてインパクトを狙ってます。『アナ スイ』のキラキラアイシャドウとの相性が抜群」

Point
ピンクが誰にもない個性を発揮。カラーもの、これから流行りそう。




小林梨乃さん
学生
全体的に扇状に広がっている、クルンとしたカールのドーリーなエクステ。「本当はマスカラはいらないんですけど、私はちょっとだけ『マジョリカ マジョルカ』のマスカラを塗って伸びが良くなるようにしています」




柳 亜矢子さん
美容師
本数少なめのエクステで、大人っぽい落ち着いた表情に。「『KATE』のライナーで、アイラインを太く上に引き上げて描くのがポイントです。下まぶたに薄くアイシャドウをのせると目がグッと大きくなります」




坂口愛子さん
クリエイター
「本数は多め、カール力も強いタイプのエクステです。おかげでマスカラがいらず、使うのはアイライナーとアイシャドウのみ。上のラインはリキッドで目より少し長く引き、下はペンシルでインサイドにラインを」

マスカラがいらないから、メイク時間が短くて楽。

新人MとライターFのデカ目レポート




週末の表参道で90人の女性に協力してもらいました。ananスナップ隊は今後も街に登場するので、見かけたら声をかけてね！

デカ目のテクに驚き！ アイメイク以外に必須の要素も発見。

新人編集Mと、街角スナップは百戦錬磨のライターFが、デカ目女子を探しに表参道へ。

F 初のスナップで約90人と接してみて、どうだった？

M みなさん、アイメイクが上手なことに驚きました！

F プロのメイクさん並みのテクニックを持っているよね。

M 私が一番驚いたのはアイラインの引き方です。言われなければわからないくらいナチュラルに、キレイに引かれていて。

F 男子なら確実に騙される巧みなアイメイク(笑)。エクステよりつけまつげが上回っていたことが、街の女性たちのメイクテクが向上している証拠。

M つけまつげ派のみなさんは、自分の目の形を把握して、ぴったり合うつけ方を楽しんで工夫している感じでしたね。

F あと、アイメイクが上手な女の子ってファッションもおしゃれ！ 服に限らずヘアスタイルにもオリジナリティがあって。

M 確かに。服や髪型も、デカ目効果をUPさせる要素だと気づきました。私もアイメイクとおしゃれ、もっと頑張ろう！

写真・菅原景子　文・藤島由希

アイシャドウ

グラデ、パールの2大勢力が圧倒!

アイメイクの基本であるアイシャドウ。このテクニックによっても目ヂカラに大きく差が出ます。アイシャドウが美しい女性を観察してみたところ"上まぶたにグラデーション"と"下まぶたにキラキラパール"の2タイプに分かれました。また「アイシャドウ上手は大人っぽい女性」というのがスナップ隊の分析結果。





若林あいさん
学生

くっきりした瞳なのにどこか抜け感があるのは、パールの効果。「目頭に明るめのゴールドのシャドウをのせています。ジェルライナーで上下にしっかりラインを入れていてもキツい印象にならないのはこのおかげかも」

Point 目頭にくの字にパールを。アイホールと同じ色にすると抜け感が。





村山 緑さん
『メイベリン ニューヨーク』PR

「『メイベリン ニューヨーク』の秋の新色、ボルドーのジェルライナーと、パープル系のアイシャドウで上まぶたにグラデを作ると、奥行きのある目元になります」。グラデの秋らしい色使いが参考になりそう。





藤田敦子さん
『アナ スイ』PR

「上まぶたのインサイドに黒のラインを入れ、ブラウン→ネイビーとグラデに。下まぶたの目尻には締め色のカラーをのせて目の幅を広げます。『アナ スイ』のアイシャドウは、リキッドでよれずにつくから大お気に入り」





染谷優子さん
PR

「今日は服装に合わせてピンク&インディゴのアイシャドウにしてみました。目の際を濃い色にして、徐々に淡い色でアイホールにグラデを作ります。下まぶたの目尻から2/3にもラインを入れて、より強調させます」





…原絵美さん
…育士

マスカラでまつげの中央をボリュームUP。ラインはリキッで目立たない程度に」。ふんりチークがハイライトに。



前田麻子さん
『apish Rita』レセプション

「マスカラを塗り、アイシャドウをアイライナー風に引くぐらい。超ナチュラルです」。それでもこんなにキュートな瞳に！



News 1

チークの色とのせ方にも、デカ目効果あり。

森ガール風のファッションで、メイクもフェミニンでかわいらしい印象の女性たちに、共通点を発見。定番のオレンジやコーラルピンクを抑えて、ドールみたいにピュアなピンクのチークを使っている人がとっても多い！ それも頬の高いところの、目の下ギリギリまでチークをのせる傾向が。こうすると目の下にふわっと明るい光が差して、目の輝きがUP。今年の秋冬は、ドール系ピンクの色使いとのせ方が、流行の予感です。

薄まゆ

目を主役にするためにまゆげはサヨナラ。

まゆの印象を弱めることで目の存在感を出す、というなるほどのテク。髪の色と同じに脱色したり、明るいアイブロウをのせたり、なかには「チークをのせています」という人まで。すると小粒目でもフェイスの中でたちまち主役級に！ 薄まゆの女性たちは全体的にナチュラルメイクであることも共通点でした。





横山未希さん
会社員

「マスカラ、アイライナー、アイシャドウはすべてブラウンでまとめています。目尻のラインは長めに引いて大人っぽい感じになるように。まゆには、頬と同じピンクのチークをほんのりのせると明るくなります」





片岡智美さん
『STRAMA』美容師

「もともと薄いまゆに、明るいトーンのブラウンのアイブロウをのせています。アイラインとマスカラもブラウンにして、ナチュラルに仕上げました」。つけまつげ、エクステなしでも、こんなにもパッチリした瞳に。

Point 上まぶたのみインサイドにラインを。マスカラも上のまつげ中心。





大塚裕子さん
『broc』スタイリスト

これぞ"麻呂まゆ"の薄さ！「目尻にポイント使いしたつけまつげがまゆのおかげで目立つのかも。目は横長にクールに見えるようにしています。ラインはペンシルで描いてぼかし、後からリキッドをインサイドに」





堀江知里さん
学生

「アイメイクのお手本は昔の加賀まりこさん。まゆは薄く短く、なんだけど、目尻にはつけまつげをつけてインパクトを持たせます。チークを頬に塗った後に、目の下にも少しのせます。このテクで目がパッと華やかに」

News 2

2大勢力の台頭で見えてくる、最新のマスカラ事情。

みんなのポーチから出てきたのは『メイベリン ニューヨーク』と『マジョリカ マジョルカ』のマスカラ。巷では、この2ブランドがボリューム力とコストパフォーマンスの良さで人気を。『メイベリン』派は「カール力が断然いい」とのこと。一方、『マジョリカ マジョルカ』派は「コームのブラシがダマにならない」と使い勝手の良さを支持。マスカラ全般に関しては、長時間のキープ力を求める声が多いようでした。



『メイベリン』は「ボリューム エクスプレス」のシリーズが圧倒的な人気でした。



『マジョリカ マジョルカ』はコイル&コームの「ラッシュエキスパンダー」が多数派。

目の周りの凹凸感が印象を強めてくれます。

デカ目SNAPアンケート4

Q アイメイクのお手本にしている芸能人は?

4位の北川さん以外、全員がつけまつげ愛用者。1位の木村カエラさんはもともと大きな目にばっちりアイメイクで、デカ目クイーンといえそう。3位のスザンヌさんは、自分の目の形を活かしたアイメイクで人気。

1. 木村カエラ……… 23人
2. 吉川ひなの……… 16人
3. スザンヌ………… 13人
4. 北川景子………… 10人
5. 浜崎あゆみ……… 6人




パール

御殿谷りえさん
「B&Cラボラトリーズ」PR

「下まぶたの目頭から1/3ぐらいにキラキラのパールをのせています。さらに目頭の窪みにもハイライトを入れて凹凸感を出すことで目ヂカラ効果UPを狙います。アイテムは『ベキュア』のアイシャドウを使用」




パール

浜 沙耶香さん
事務

「アイホールはオレンジで明るくする程度にとどめます。アイライナーは中央を太めにして目が縦に大きくなる工夫を。そして目頭に白のパールをのせれば明るい雰囲気に」。パールの輝きで白目がキレイに映えてる!

アイライン

街のトレンドは"ツリ目"と"タレ目"。

極細、跳ね上げ、ぼかし、粘膜など職人級のテクが続出のアイライン。ばっちりデカ目を目指し、ブラックライン派が多数を占めていました。その中で、「ネコ目風のツリ目」か「外国人風タレ目」を目指す2大勢力を発見! 昨年はタレ目が圧倒的人気だったけど、今年は極細跳ね上げ派が増え、接戦です!




宮林悠里香さん
大学生

「まつげには下地を塗ってからマスカラを塗ります。ラインは目尻を下げ気味に」。チーク+前髪も目を引き立ててます。

黒と茶のアイライナーを使い分けています。



タレ目



北谷美紀子さん
販売

「レブロンの『カラーステイア イライナー』は、ペンシルなのに1回でするっと描けてオススメ! 上は黒、下は茶色です。つけまはSBYの『フェアリーラッシュ』。黄色のシャドウでまぶたを明るくしています」

Point 目の下のラインは、目尻を埋めるように、小刻みに描きます。



ツリ目



栃尾陽子さん
会社員

「落ちにくくてお気に入りの、『レディオスカル』(ベルばらのパッケージ)のリキッドアイライナーできっちりアイライン。安室ちゃん目指してクールに仕上げてます」。色素の薄いアーモンド型の目が活かされてます!




タレ目

上村梨紗さん
フリーター

「ラインは薄く引いてぼかしています。締め色シャドウで、太めのライン代わりに。まつげは長くて柔らかいので、ビューラーは使っていません。カールマスカラと繊維入りマスカラで、カール&ボリュームUPです」

目頭にRMKのシャドウ、キラキララブ♥♥♥



ツリ目



田中直乃さん
学生

目元ギリギリの前髪に、色素の薄いまゆ、リキッドアイライン、つけまにカラコンで、デカ目フルコース! 「ヒロインメイクのマスカラは安くて落ちないから使える! つけまはドンキで。アイメイクは20分です」

デカ目SNAPアンケート3

Q アイメイクの秘密のテクニックを教えてください。

●くすみをなくすため、コンシーラーを目の周り全体に広げる。(23歳・販売) ●上まぶたはつけま3枚重ね、下まぶたは切って部分使いすることで、程よいナチュラル感に。(21歳・フリーター) ●ブラックとブラウンのリキッドライナーを併用してグラデーションに。(20歳・学生) ●黒目の上に太めラインを引いて、印象的な瞳に。(20歳・フリーター) ●下まつげにマスカラを5度塗りして、ばさばさまつげに!(16歳・高校生) ●つけま2枚使い! ストレートを上まぶた全体に、クロスを半分に切って目尻にさりげなく。(18歳・高校生) ●ノーズシャドウをアイホール全体に入れて、立体感を出しています。(22歳・学生) ●上まぶたはジェルライナーでしっかり、下まぶたはペンシルで柔らかい印象に。(27歳・会社員) ●ツリ目なので、目の下の際にシャドウを入れてタレ目風に。(25歳・販売員)

男子60人の本音もチラリ!?

濱田マサルさんがレクチャーする魅惑のセクシーアイズとは?

男心を揺さぶるセクシーな目元とは? その答えを求めて男子60人に緊急アンケート&取材を実施しました。そこから浮かび上がった5つの“上質セクシーアイズ”を、人気ヘアメイクアップアーティスト・濱田マサルさんがご提案!



「色素が薄い感じの茶色の瞳や透明感のある目元って、とらえどころがない感じでセクシー」(栗原優樹さん・セールスマネージャー)

男子60人が激白! セクシーな

※複数回答あり

Q1 セクシーだと思う目の形は?

- ほどよい二重 48%
- 大きくて丸い目 38%
- 切れ長で猫っぽい 34%
- 黒目がちである 26%
- 白目がきれい 24%
- くっきり二重 20%

Q2 セクシーな目元だと思う女性芸能人は?

Best5



北川景子
「きりっとした目に吸い込まれる」(21歳・学生)。「猫っぽい目がいい」(29歳・代理店)。「黒々した瞳が印象的」(27歳・銀行)

スザンヌ
「垂れ目な感じが甘ったれ風でぐっとくる」(26歳・メーカー)。「笑っている目に優しい色気を感じる」(30歳・出版)

杉本 彩
「男を狙う肉食系の目にやられる」(35歳・デザイン)。「じっと見る目力にエロさを感じる」(29歳・インストラクター)



綾瀬はるか
「天然っぽい眠そうな目元がたまらない」(25歳・アルバイト)。「ナチュラルでピュアな瞳が魅力的」(28歳・販売)



米倉涼子
「切れ長のクールな目に色っぽさがある」(33歳・事務)。「訴えかけるような目の表情にフェロモンを感じる」(31歳・自営)

Q3 ドキッとする目の動きや雰囲気は?

- 1位 じっと見つめられる
- 2位 涙目っぽくうるうるしている目
- 3位 上目遣い
- 4位 流し目
- 5位 ウィンク

「目の力が抜けたような、少し眠そうな目にぐっときます。黒目が大きいとなお魅力的だと思います」(杉本崇さん・学生)

「切なさを感じさせるうるうるした目。少し眉間にシワを寄せて思い詰めてる感じだとさらに色っぽい」(森田岳穂さん・学生)



Q4 色っぽさを感じるアイシャドウの色は?

- ナチュラルなベージュorブラウン系 36%
- ブルー・ネイビーなどの寒色系 30%
- アイシャドウを塗っていない 22%
- ピンク・薄紫 18%
- きらきらパール系 18%

Q5 どんなまつ毛がセクシー?

- ナチュラルで長い 58%
- ほとんど素に近い感じ 34%
- ぱっちり上向きカール 16%

Q6 どんなアイラインがセクシー?

- フレームに沿って自然に入れている 62%
- 目尻をはねさせている 22%
- 目尻を垂れ目風に描いている 18%

Q7 メイクのNGを教えて!

素がわからないくらいこってり塗っている	72%がNG
まつ毛がひじきのよう	62%がNG
メイクが顔と合ってない	48%がNG
眉が取れかかっている	40%がNG
目元がくすんでいる	40%がNG

「甘い垂れ目の上目遣いもいいし、きりっとした切れ長の目でじっと見つめられるのもドキッとします」(上洋介さん・学生)



「奥二重が色っぽいと思います。切れ長のラインや伏し目がちのまつ毛も雰囲気があって好きですね」(栗田祐一さん・DJ)

「普段は目力があってクールなのに、笑うと急に優しい目になる。そんなギャップがあるとセクシーです」(松井友則さん・PR01代表)



写真・高橋ヒデキ(モデル) 長沼GaKU(物) ヘア&メイク・濱田マサル モデル・脇田恵子 イラスト・Chieko Hara (chienoix) 文・鈴木智子

SEXY EYES 1

「ナチュラルなベージュorブラウン系のアイシャドウに色っぽさを感じる」

男子 **36%** がYES

「もしかしてすっぴん？　と思わせる透明感のあるメイクが好き」（24歳・会社員）。「ノーメイクは手を抜いている感じがして嫌だけど、盛りすぎなのはもっとNG」（21歳・学生）。「色をたくさん使ったメイクは正直引く。塗った感のない素肌っぽいメイクがいい」（22歳・学生）。「肌と近い色のメイクのほうがきれいだと思う」（19歳・アルバイト）

“塗り感”レスな男心のど真ん中ナチュラル



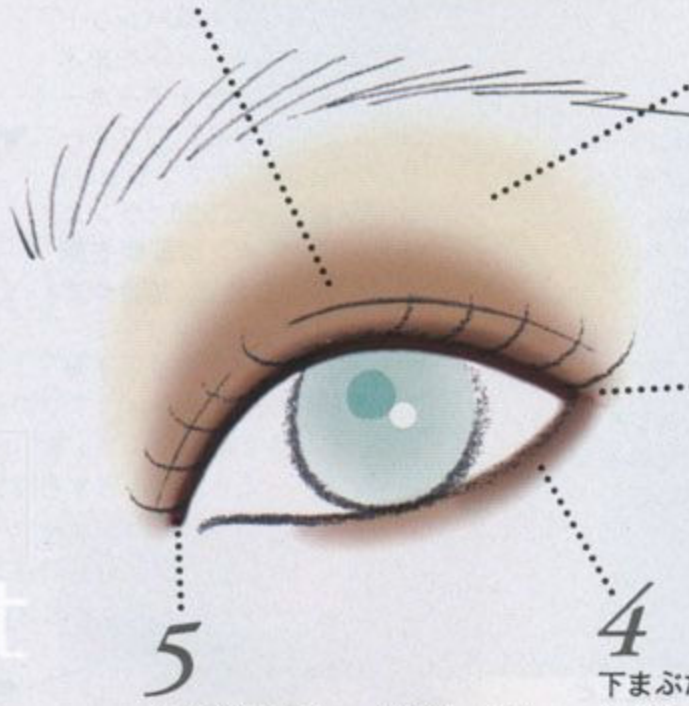
濱田マサル流 SEXYの極意

「ナチュラルメイクに必要なのは何といっても素肌感。メイクで隠すのではなく、パーツや肌の原型を活かしながら、塗るというより“雰囲気をメイクする”ような感覚で。カラーレスでピュアなイメージこそ男性が望むナチュラルセクシーの王道でしょう」



濱田マサルさん
ヘアメイクアップアーティスト。美容専門誌やファッション誌、またCFやイベントなど多方面で活躍。近著に『恋するメイク～キラキラしたいすべての女性へ～』（講談社）。

PROCESS



1 まぶた全体にイエローベージュのアイシャドウをぼかす。

2 ブラウンのアイシャドウをアイホールに重ねてグラデを作る。

3 上まぶたの際に濃いブラウンを入れて締める。

4 下まぶたの目尻から2/3にブラウンを、さらに目尻寄り1/3に濃いブラウンを重ねる。

5 上まぶたのフレームに沿ってブラウンのアイライナーを入れる。

使ったのはコレ!



左・自然で深みのある陰影を作るダークブラウンのアイライナー。ルナソル コントラスティングWアイライナー05 ¥2,625（カネボウ化粧品）　右・なめらかなグラデを作るゴールドブラウン系のアイシャドウ。目元にツヤ感をプラス。オーブ クチュール デザイニングアイズ 506 ¥3,885（花王ソフィーナ）



SEXY EYES POINT

アイホールからフレームの際まで、まぶた全体に肌なじみのいいブラウンのグラデーションで作るナチュラルな立体感。

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

SEXY EYES 2

「ブルーやネイビーなど寒色系のアイシャドウがセクシーだと思う」

男子 **30%** がYES

「水色やブルーなどのアイシャドウをつけているとちょっと冷たそうに見えて、そこにぞくっとくる」（23歳・学生）。「たまらないのはブルー系の色のシャドウと切れ長風のアイラインを組み合わせた、セクシーキャット系の目」（27歳・美容師）。「涼しげな目元はミステリアスな印象で気になってしまう。その目で見つめられるとドキドキする」（31歳・会社員）

ブルーのアイシャドウで誘う猫娘Eyes

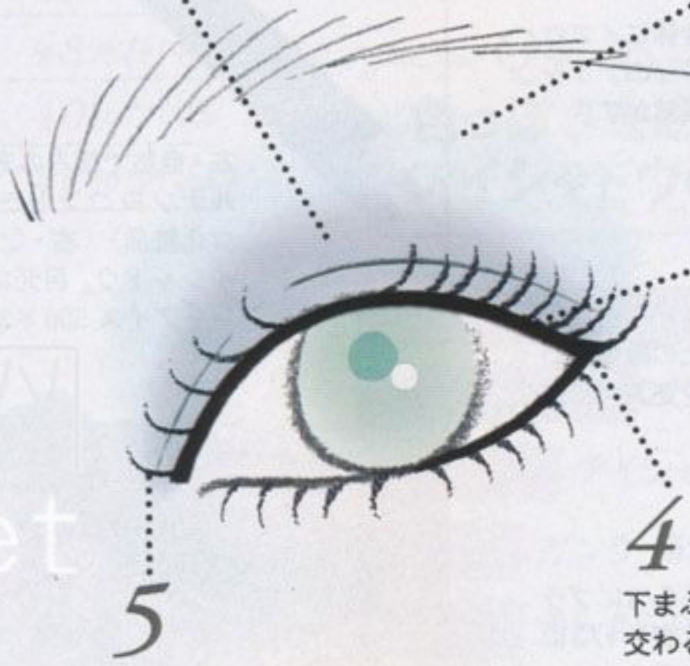


濱田マサル流 SEXYの極意

「このメイクは、ブルー系の色と切れ長にしたラインが特徴。自分の目の形と肌色をしっかり把握して、似合う青、似合うラインの長さを見極めることが重要です。塗った感が出るのはNG。ブルーのシャドウは指でよくなじませて、シアーに仕上げましょう」



PROCESS



1 まぶた全体にパールホワイトのアイシャドウをぼかす。

2 アイホールに水色のアイシャドウを入れ、その上にブルーのアイシャドウを指先で重ねてぼかす。

3 黒のペンシルライナーで上まぶたのインサイドを埋める。

4 下まぶたの目尻の延長上と交わるように、上まぶたのアイラインを長めに描く。

5 マスカラを上下にしっかりつける。

使ったのはコレ！



上・シックなブルーのグラデの4色アイシャドウパレット。左上のパールホワイトをまぶたに、左下の水色をアイホールに、その上に右下のブルーを。オンブル アプソリュ パレットB10￥6,930（ランコム） 下・ラインは印象を際立てる濃厚な黒で。描きやすいテクスチャーのクリーミーアイペンシル09ジェット￥3,150（ボビイ ブラウン）



SEXY EYES POINT

色をつけるというより、クールな透明感を加えるイメージでのせたブルーのアイシャドウ。気持ち太めに描いた猫っぽいライン。

SEXY EYES 3

「垂れ目&上目遣いが好き」

男子 38% がYES

「笑って垂れた目を見ると可愛くて思わず抱きしめたくなる」(31歳・プレス)。「とろんとした目は男の妄想をかき立てる」(29歳・マネージメント)。「垂れ目に見せてるメイク、好きです」(25歳・会社員)。「ロリータっぽい目には独特のエロスがあると思う」(28歳・印刷)。「優しくて穏やかな目は母性的であり、女らしさを感じる」(27歳・建設業)

陰影まつ毛と垂れ目尻の愛されEyes



濱田マサル流

SEXYの極意

「甘さのあるメイクはとくにやりすぎは禁物。できるだけナチュラルダウンを心掛けることです。ピンクが濃すぎたり、垂れ目に描きすぎるとセクシーとかけ離れて、ファニーになってしまいます。いかにも作り込んだようなメイクには色気は宿りません」

使ったのはコレ!



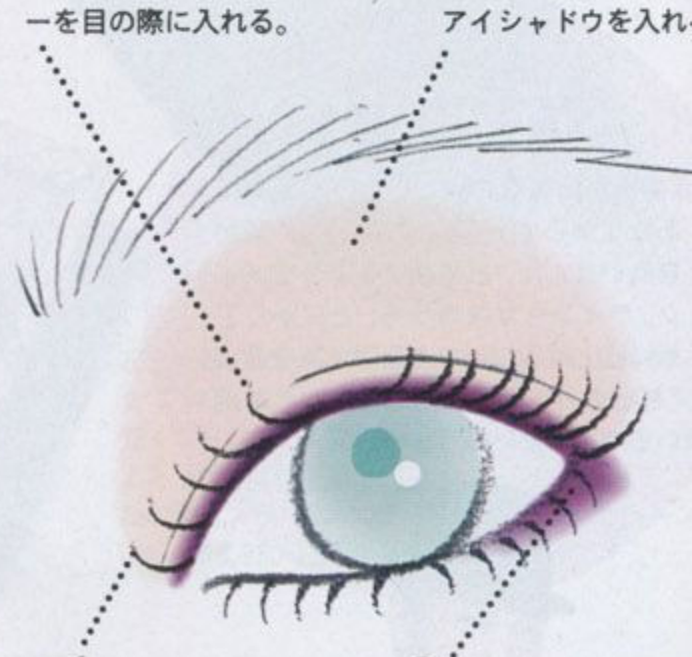
上・下向きまつ毛もひろ
上げて、すっと長いまつ
に仕上げる。ナリッシン
マスカラカール ロング
3,780 (THREE) 下・
イホールに左上のピンク、
右下のパープルレッドを
レームに。マキアージ
アイズクリエーター (3D
PK366 ¥3,990 *編集部
べ (資生堂)

SEXY EYES POINT



目尻の三角ゾーン
埋めて垂れ目風に
上げるアイシャド
使い。さらにマス
ラを目尻に重ねづ
して陰影を出した
囲気ある目元。

PROCESS



1 アイホールにピンク
アイシャドウを入れ

2 パープルレッドのアイシ
ドウを上まぶたのフレー
に沿って入れ、下まぶた
目尻をぐっと下げるよう
入れ三角ゾーンを埋める。

3 ブラウンのアイライナーを目の際に入れる。

4 マスカラを上下のまつ毛にたっぷり塗り、上まぶたの目尻に再度重ねてボリュームを出す。

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。

SEXY EYES 4

「自然に入れたアイラインにドキッとする」

男子 **58%** がYES

「自然な長いまつ毛ときれいなアイラインが女性を一番美しく見せるメイクだと思う」（22歳・学生）。「目を閉じたとき、すっと引かれたアイラインに女を感じた」（29歳・営業）。「アイメイクで嫌なのは描きすぎラインとひじきみたいなまつ毛。自然なほうが断然いい」（30歳・団体職員）。「上手に引いたアイラインには成熟した女の色気を感じる」（34歳・広告）

繊細ライン&まつ毛のツンデレビューティEyes



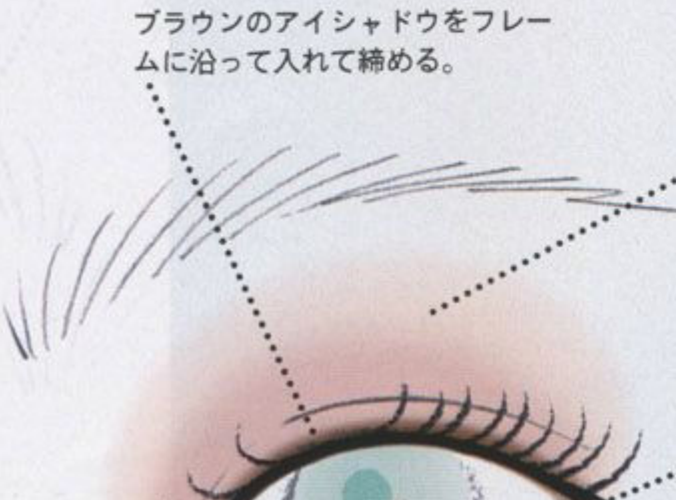


濱田マサル流 *SEXY*の極意

「男性が好きなのは、すっぴん風ではありながらすっぴんではない、"素がきれいなんだ"と思わせるようなメイク。ラインもマスカラも、とにかく丁寧に仕上げることで上品な色気を演出。"もともときれいな目"なのだと勘違いさせてしまいましょう（笑）」



PROCESS



1 ピンクベージュのアイシャドウをアイホール全体に入れる。

2 ブラウンのアイシャドウをフレームに沿って入れて締める。

3 濃紺のアイライナーをまつ毛の際に入れ、目尻は2～3㎜程度長く外側に伸ばす。

4 まつ毛全体にマスカラベースをつけ、目尻だけ重ねづけする。その上から黒のマスカラを丁寧に塗る。

使ったのはコレ!

右上・目尻のまつ毛に立体感を与えるカールキープ力の高いマスカラ。パーフェクトセパレート マスカラ¥1,890（エテュセ） 左中・マスカラの仕上がりに美しさとボリュームを与える下地。オシィラシオン パワーブースター¥4,725（ランコム） 右下・品のある濃紺のアイライナー。フィット感が高く崩れにくいジェルタイプ。インジーニアス ジェルアイライナー 02¥3,360（RMK Division）



SEXY EYES POINT

流れるように入れた上品なラインは、黒ではなく濃紺を選ぶことで強すぎず知的な印象に。まつ毛は目尻中心の自然な密度感がポイント。

SEXY EYES 5

「黒目がちの うるうるした目に弱い」

男子 **50%** がYES

「目の大きさというより黒目が大きいほうが小動物っぽくて愛くるしい」（30歳・アパレル）。「チワワみたいなうるうる目で見られたら何でもしてあげたくなる」（25歳・メーカー）。「うるっとした目って何かを物語る感じでいい」（23歳・大学生）。「女性はうるおいがあってこそ。瞳も肌もうるおいが大事だと思う」（31歳・電機メーカー）

囲みマジックの黒目がち、うるるんEyes

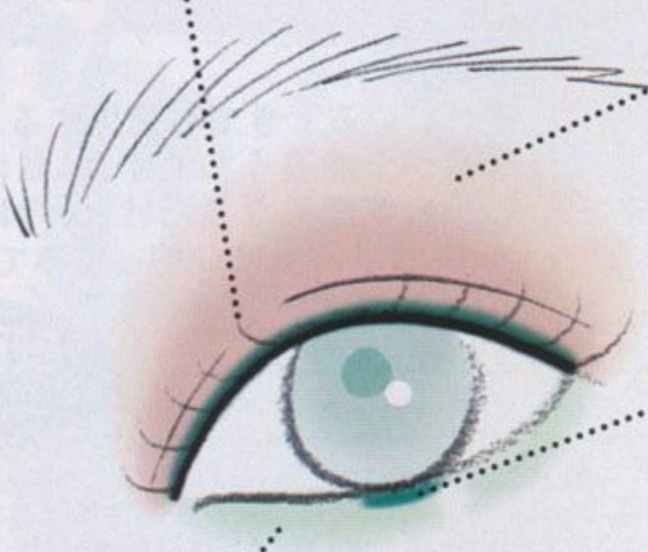


濱田マサル流
SEXYの極意

「ピンクベージュと深いグリーンのコントラストの効果で、黒目強調テクもナチュラルな仕上がりに。ラインをメインにしたぶん、マスカラは控えめにするなど、バランス感も大切です。やりすぎず、ほどよい抜けを作ることで、そこはかとない色気が漂います」



PROCESS



1 薄いピンクベージュのアイシャドウをまぶた全体にぼかす。

2 上まぶたに黒のライナーを入れたら、その上に濃いグリーンを重ね、下まぶたの中央（黒目の位置）にも同じグリーンをやや太めのライン状に入れる。

3 下まぶたの際にパール入りの濃いグリーンをラインで入れ、ぼかす。

4 マスカラを軽めにつけて仕上げる。

使ったのはコレ!



左・一番上のピンクベージュをまぶたに。ヴィセ グラムハント アイズ G-6 ¥1,890 10/16発売（コーセー）　右・左のグリーンのライナーを上と下まぶた中央に。右のパール入りを下まぶたの際に。ラ リンニュ ドゥ シャネル セラドン-ラメ ¥6,930 11/20発売（シャネル）



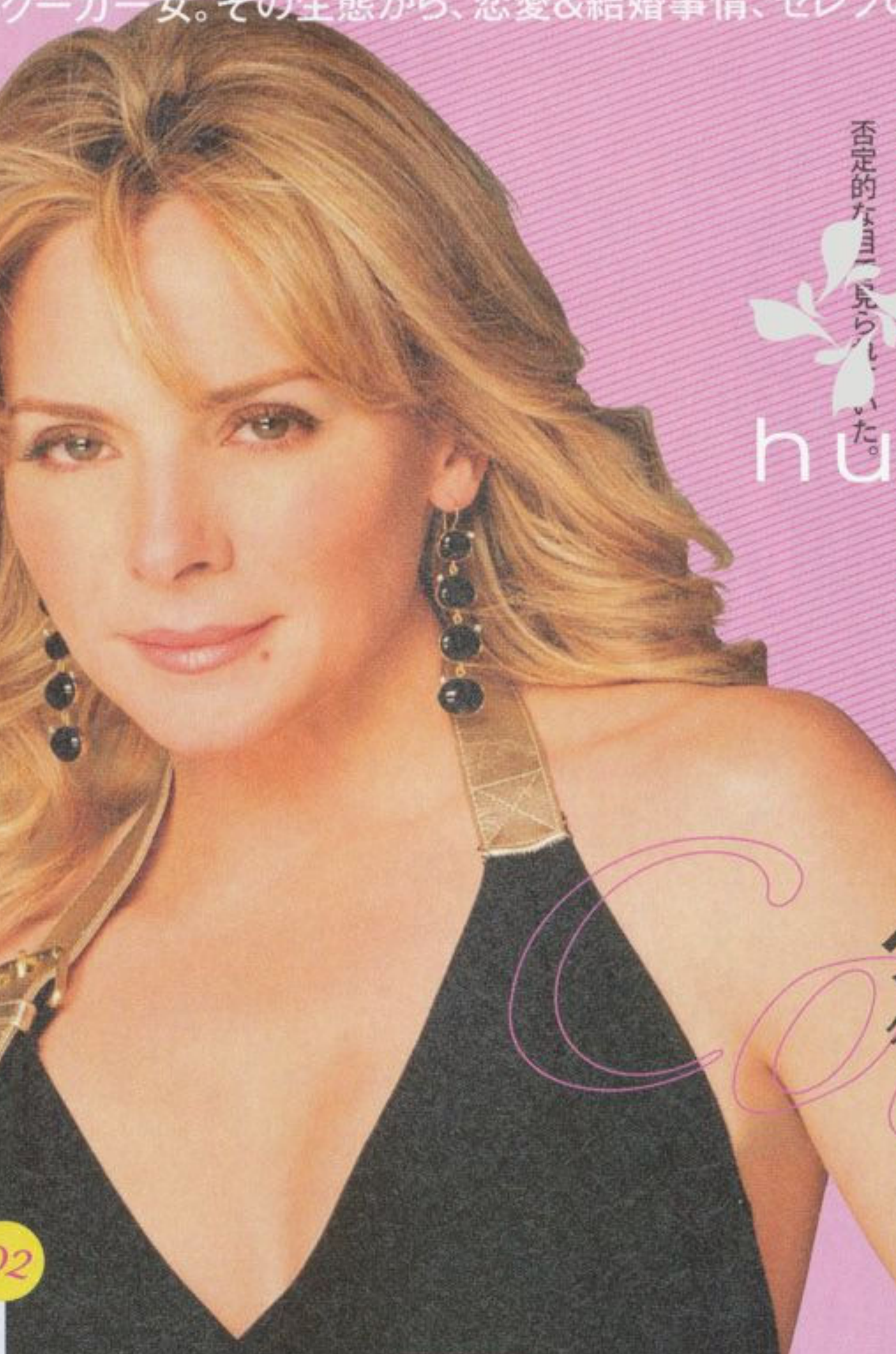
SEXY EYES POINT

上下にラインを引いて、縦に大きく見せた黒目。ラインは黒ではなく濃い緑で彩ることで、強さを控え深みを加えるのがコツ。


KYU!!
毎日たった5分のケア!
980円美顔器で目パッチリ!
輪郭-10% = 目120% の法則
鏡に向かい、両手でほほを少し隠してみてください。フェイスラインがスッキリすると…ほら、目が大きく見えますよね?確かに顔に占める目の比率が大きくなるから、実際には変わってなくても、目が大きく見えるんです。「一重だから」「二重だから」「メイクが下手だから」とあきらめないで、まずはシャープな輪郭を手に入れよう!
1台3役の高機能美顔器
毛穴汚れ
イオン クレンジング
毎日のクレンジングでは取り残しがちな汚れ、毛穴の中や角質などの老廃物、メイク汚れなども吸着してスッキリ!使用後は肌がピカピカになります。
プラスイオンがマイナスに帯電した汚れを逃さず吸着
シミ・クスミ
イオン トリートメント
超音波とイオントリートメントのダブル効果でホワイトソニックジェル(専用薬用美白ジェル)の美容成分をお肌の奥へ届け、メラニンの生成を抑制し、シミ、ソバカスを防ぎます。
リフティング
超音波 トリートメント
毎秒300万回の振動でお肌をキュッと引き締めて、若々しくピンと張ったフェイスラインを保ちます。
3MHz 300万回/毎秒
Sonic
Ion⊖
Ion⊕
安西ひろこさんも愛用!
使用した翌日はハリ感UP!乾燥肌も気にならない!!
私のブログに「ほうれい線が出てる」ってコメントがあったんです。そんな時お友達からプレゼントされたのが『エステナードソニック』。試しに、顔の片方だけ使用したらホントに違いがわかってビックリ!1回たったの5分で、翌日の化粧ノリが全然違います!!
「私の友達の中でも大評判です!」
(安西ひろこさん)
980円で高機能!
美顔器マニアも納得の機能 高性能なのにお手軽価格!
顔が丸いのが悩みで、今までエステや高額な美顔器でかなりお金と時間をかけていました。でも1回で引き締まったなぁって実感したのは『エステナードソニック』が初めて。もっと早く出会いたかったです!!
深沢 千尋さん(25歳)
¥39,800
¥15,000
¥980
¥250,000
¥9,800
¥100,000
肌トラブルを集中ケア
使用後すぐにプルン!くすみのない輝く素肌に
使用すると、丸かった頬とアゴのラインが引き締まってきて!翌朝には肌のキメやハリもキレイになるから毎日かかさず使用しています。お風呂上りに使うとすごくいいですよ。5分使用するだけだから無理なく続けられるし、この美顔器は破格の値段で嬉しいですね!大満足です!!
川上 真生子さん(22歳)
美容ライターもオススメ
毛穴の奥からしっかり落とし美容成分がグングン浸透!!
ESTENAD
プラセンタエキス 美白
コラーゲン ハリ・弾力
ヒアルロン酸 保湿
配合の専用ジェル
サロン仕様の3MHz(毎秒300万回の振動数)という細かい振動で肌内部にまで有効成分を届けることができます。
コードレスなので、リビングやベッドルームなど、気軽にどこにでも持ち歩けるのが便利ですね。有効成分がたっぷり詰まったぷるぷるのジェルはすっと伸びて、細かい振動とともに肌に取り込まれていくのが実感できるようです。
美容ライター 吉野ユリ子さん
「専用ジェルはお肌に塗布するだけでもプルプルに。でも、エステナード ソニックを使うことでケアの後に違いがでます。」
(安西ひろこさん)
1,000セット限定
国内シェアトップクラスである当社グループ会社製。
97%OFF
高機能美顔器 エステナード ソニック
ESTENAD 通常価格 38,800円 ➡ 980円(税込)
◆専用美容ジェル ホワイトソニックジェル 医薬部外品 販売名称:薬用JGPジェル/内容量:70g
専用ジェルは毎月定期的にお届けします。 通常価格 8,800円 ➡ 4,980円(税込)
「エステナードソニック」の効果をより高めるため、初回のご注文からおよそ1ヵ月後より、「ホワイトソニックジェル(専用薬用美白ジェル)」を毎月「定期発送」いたします。特別価格でのご提供のため、3回以上のご継続が条件となります。発送10日前までにご連絡いただければ、4回目以降は、いつでも「お休み」できます。「再開」も自由です。
1年保証付
セット購入のみ 期間限定特別価格
1,000セット限定
2009年12月31日(木)まで
◆エステナード ソニック1台&ホワイトソニックジェル1本のセット
<おひとり様1セット限り!> 通常価格 47,600円 ➡ 5,960円(税込)
ホワイトソニックジェルは、毎月定期発送となります。3回以上のご継続が条件となります。
※別途送料430円承ります
フェイスラインがキュッって引き締まったみたい!
美顔器ってすごく高価でなかなか手が出せないってイメージでした。でもこの「エステナードソニック」は嬉しくなるほどのロープライス!女の子の強い味方ですね。
疲れているときでも使用すると次の日の肌のハリ感が全然違うんですよ。私はすごく敏感肌でしかも乾燥肌だったけど、今は気にならないんです。皆さんもぜひ使ってみてくださいね!
安西ひろこさんのお気に入り!!
ご注文が混み合いますので、お早めにお電話、FAX、ホームページにてお申込みください!
健康コーポレーション株式会社
JADMA 社団法人日本通信販売協会会員
〒164-0011
0120-36-36-01
電話受付 [7:00〜21:00] 年末年始を除く
お申込み番号 16130
※お電話でご注文の方は、お申込み番号をお申しつけください。
FAX.0120-16-82-22
http://www.kenkoucorp.com/est/a
お問合せ info@kenkoucorp.com
携帯電話ならQRコードで簡単アクセス!
■【ご注文】電話、FAX、ホームページにてお申込みください。FAXの場合は、商品名、お申込み番号、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号をご明記ください。(未成年の方は保護者の捺印が必要です)。■【お届け】商品発送は、3営業日後以内となります。※1営業日とは、土・日・祝休日を除く、月〜金をさします。■【お支払い】代金引換にて商品到着時に商品代金+送料430円をお支払いください。一部クレジットカードでのお支払いも可能です。■【交換・返品】商品到着時に欠品、破損があった場合は、送料を当社負担ですぐにお取り替えいたします。お問合せ0120-268-222(10:00〜18:00受付/土・日・祝休日を除く)info@kenkoucorp.com■【ご注意】●医療用電子機器をご使用の方は、絶対使用しないでください。●医師の治療を受けている方又は受けていた方、疾患がある方、妊娠中の方、皮膚に異常がある方はお医者様に必ず相談の上ご使用ください。
注文日 日 月 火 水 木 金 土
発送日 木 金 火 水
●お客様の個人情報は、その機密が保持されるよう、厳重な管理体制のもとに保管しております。●健康コーポレーションに関するご案内や、お客様に有益と思われるその他各種情報をお送りする場合がございますので、ご了承ください。

あなたももしかしたら予備軍!?
Over30に急増中の“クーガー女”。

“クーガー女”という言葉を聞いたことはありますか? だいぶ年下の男の子をハントする肉食系のオーバー30の女性のことを言います。アメリカで誕生し、日本でも急増中という噂のクーガー女。その生態から、恋愛&結婚事情、セレブの逸話まで、徹底的に研究します!



今、全米ではクーガー女が大ブーム。経済的に自立したオーバー30が、大人の魅力で若い男を続々イチコロにしているらしい。もっとも若い男を狙う女は昔から多くいて、映画の題材にもなってきた。例えば『卒業』(67年)では、ダスティン・ホフマン扮する娘の彼氏の大学生を寝取るのが、推定40代後半のミセス・ロビンソンだった。ただ、共通していたのは、逮捕されるなど悲惨な結末が多かったこと。この頃はまだ社会から否定的な目で見られていた。



クーガー女の登場

クーガーとはピューマの別名。キュートに若い男を狩る様がクーガーを彷彿とさせることから名付けられました。まずはその歴史から。

若い男に手を出すと悲惨な最後が待っている——そんな風潮にピリオドを打ったのが、米人気ドラマ『Sex and the City』サマンサの登場だ。キム・キャトラル演じるサマンサは、若い修道士や隣人を誘惑するなどやりたい放題だが、劇中、決して罰せられることはなかった。それどころか、シーズン6でウェイターのスミスを逆ナンし、人脈と知識をフル活用して人気俳優に“調教”、ステディとなるくだりは「クール!」と評判に。新たな恋愛スタイルとして、注目されるまでになった。つまり、思い切り若い男を狩ることへの肯定的な見方はサマンサが切り拓いたのだ。



キム・キャトラル(53
×
アラン・ワイズ(30

実生活でもサマンサを地で行くキム。御年52歳の頃、ロケ地モントリオールで23歳年下のカナダ人シェフ、アランを逆ナン。舞台の仕事があるロンドンに「お持ち帰り」するアツアツぶりだったが、この夏破局した模様。

指南書の出版により呼び名が決定!

年下男と付き合いたい。そんなニーズに応えて米国で出版されたのが、年下男との恋愛マニュアル『COUGAR』だ。これにより、超年下好き女性の呼び名も決まり、クーガー女急増のキッカケに。以降のドラマ・映画にも度々クーガーが登場することとなった。



'02

『COUGAR』



'03

『恋愛適齢期』

54歳のバツイチ劇作家がキアヌ・リーヴス演じる36歳のイケメン医師にモテまくる話は、多くの女性に希望を与えた。DVD ¥1,500(ワーナー・ホーム・ビデオ)



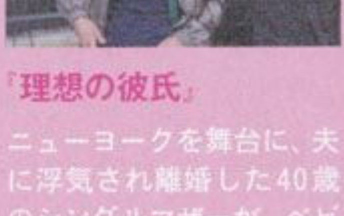
'04

『デスパレートな妻たち』

崖っぷちに立たされた主婦の群像劇だが、劇中、自宅の庭師に雇った高校生と不倫するリッチな“クーガー主婦”が登場。シーズン1 DVD complete Box ¥21,000(ブエナ・ビスタ・ホーム・エンターテイメント)

作品ブームの到来!

そしてこの秋、クーガー映画やドラマがブレイク。サンドラ・ブロック、キャサリン・ゼタ＝ジョーンズなどイケてるアラフォー女優がこぞってクーガーを演じる。日本にも本格的なクーガーブームが上陸するのは間違いない!



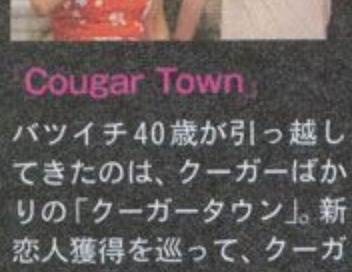
『理想の彼氏』

ニューヨークを舞台に、夫に浮気され離婚した40歳のシングルマザーが、ベビーシッターに雇った24歳の気弱な男性と恋に落ちる。監督・バート・フレインドリッチ　出演・キャサリン・ゼタ＝ジョーンズ、ジャスティン・バーサ　11月27日より丸の内ピカデリーほかにて公開。



『あなたは私の婿になる』

ビザが切れて国外退去にされそうな40歳敏腕編集長が、永住権を狙って28歳の部下に逆プロポーズ。二人の“恋”の行方やいかに? 監督・アン・フレッチャー　出演・サンドラ・ブロック、ライアン・レイノルズほか　10月16日より全国ロードショー。



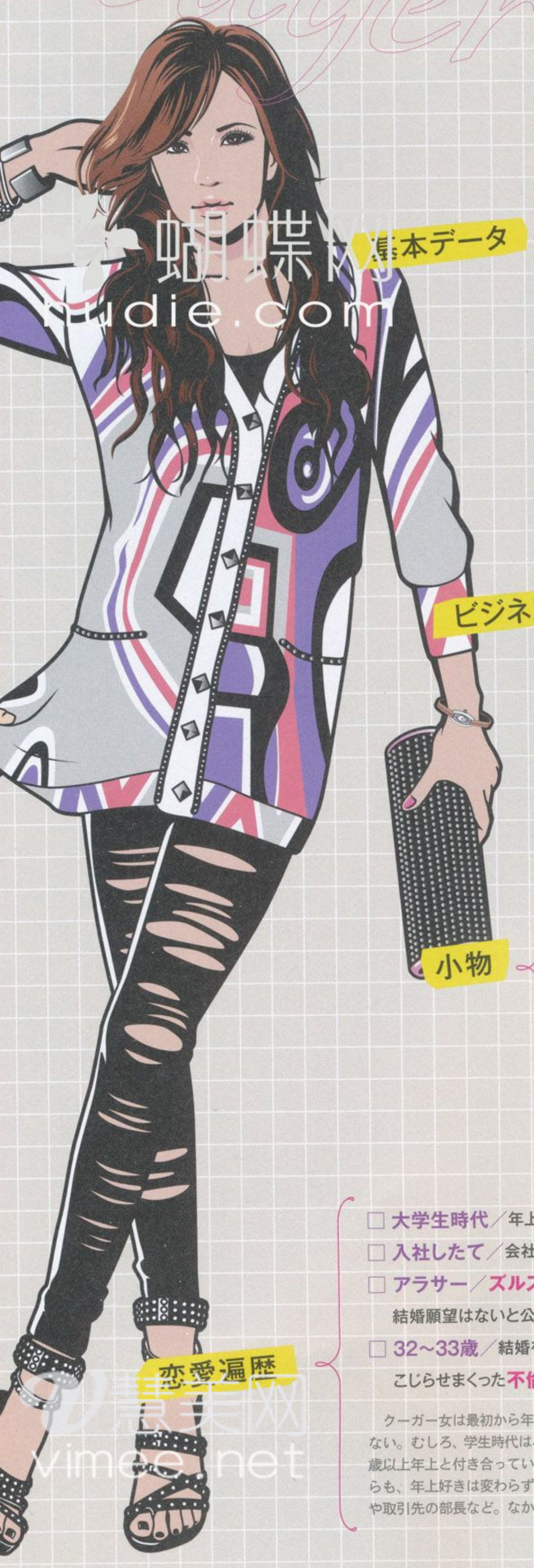
『Cougar Town』

バツイチ40歳が引っ越してきたのは、クーガーばかりの「クーガータウン」。新恋人獲得を巡って、クーガーたちの壮絶な戦いが始まる。主演・コートニー・コックス　米ABCで9月よりスタート。

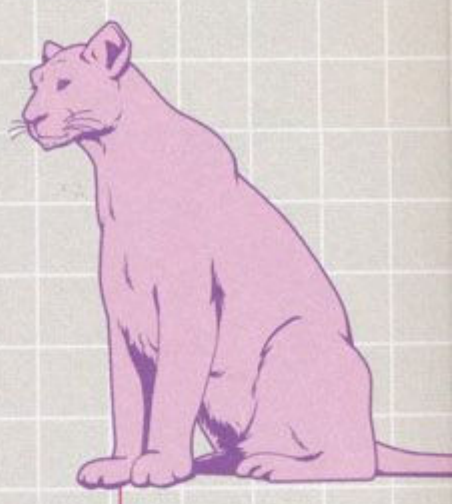
 写真・中島慶子　AFLO　イラスト・more rock art all　取材、文・佐藤留美

図解・クーガー女!

米国で誕生したクーガー女は日本にどのように輸入されたのか？　経歴から、志向、男性の好み、いかにしてクーガー女になったかまで、生態を解説!



基本データ



- □ **年齢**／**アラサー以上**
- □ **中高生時代**／ヤンキー臭が若干香る
- □ **大学生時代**／バブル絶頂～余韻がまだ残る時代を過ごす
- □ **出身学部**／経済学部、商学部出身者多し
- □ **職種**／営業、コンサルティング、**社長**
- □ **年収**／**600万～2000万円**

男に頼らないことが信条のクーガー女は根っからのリーダー気質で偏差値は高いタイプ。ただ、学生時代は少々ヤンチャもしたため、ヤンキー臭が若干残っている場合も。自立心旺盛のため、大学は“就職に使えない”文学部はパス。経済学部、商学部など実利派が多数。新卒で、コンサルティング業界や不動産業界などに入り、コンサルタントや営業など第一線で活躍。会社の枠に収まりきらず独立して社長になるクーガー女も多い。稼ぐ意欲が高く、やり手のため、総じて高収入。なかには年収2000万円オーバーというスゴ腕クーガーも。

ビジネス志向

- □ **座右の銘**／**“人生に遠慮はいらない!”**“常に成長!”
- □ **愛読書**／**ビジネス書、自己啓発書**　※文学は読まない
- □ **パソコン**／ブログ、SNSは絶対にやっている
- □ **資産運用**／株、投資信託、FXなど投資に積極的

競争好きのクーガーは、出世や金儲けでも絶対に勝ちたいタイプ。本棚には各種スキルアップ本、財テク本がズラリ。その代わり、“読んでいてまどろっこしい”文学とは無縁だ。“常に成長！”が信条だから、効率的に働くのが好きで、ITに詳しく、ブログ、SNSは必ずやっている。資産運用にも熱心で、FXや株式投資など投資情報の収集に余念がない。

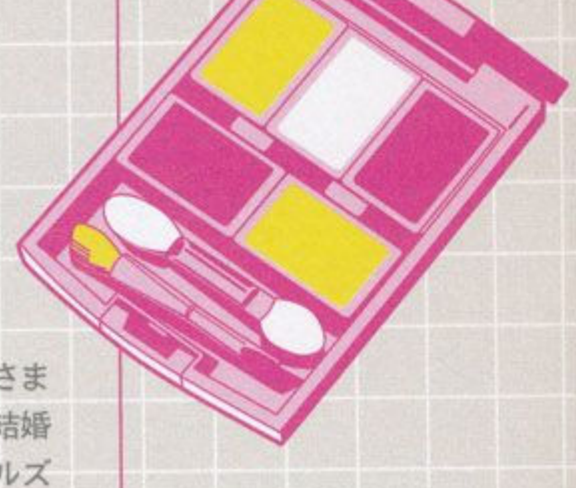
小物



- □ **バッグ**／クラッチバッグが好き
- □ **アクセサリー**／耳がちぎれるくらい大きいピアス
  ブレスレットは2連、3連当たり前
- □ **シューズ**／**12cm以上**のスーパーハイヒール
  ただし、近所をうろつく時はビーサン
- □ **貴金属**／**ゴールド**が大好き
- □ **ケータイ**／タッチパネル式の高機能携帯　構造上あまり**デコれなくて残念**

基本は目立ってナンボ。ラメやゴールドなどキラキラなものが大好き。実用性ゼロのクラッチバッグやブレスレットなど、“女”を前面に押し出すアイテムにも目がない。人前に出る時はスーパーハイヒールだが、実は休日は気が緩みっぱなし。ビーサンでうろつく姿が目撃されていたりも。ちなみに携帯はクーガーのめくるめく生活を支える命綱だから、最新のタッチパネル式を選び、トイレに行く時も持参。ただ、タッチパネル式は構造上デコれないので、そこを残念がっている。

恋愛遍歴



- □ **大学生時代**／年上、**バイト先で出会った店長**、営業部長
- □ **入社したて**／会社の先輩、**上司**、取引先の部長
- □ **アラサー**／**ズルズルと年上**と付き合う
  結婚願望はないと公言しつつ本音は「いつかは絶対」
- □ **32～33歳**／結婚を考えていた人との**大失恋**
  こじらせまくった**不倫の終焉**→**ここでクーガーとして目覚める**

クーガー女は最初から年下好きだったわけではない。むしろ、学生時代はバイト先の店長など10歳以上年上と付き合っていた。社会人になってからも、年上好きは変わらずで、彼氏は会社の上司や取引先の部長など。なかには不倫というケースも。ウェディングドレスを着たいなどあからさまな結婚願望はないが、その時の彼といつかは結婚したいと思っていたのもまた事実。だが、ズルズル先延ばしにされ、30歳を越えたところで大失恋。これで年上にこりてクーガー化する。





□ **ハンティング場所**／ホームパーティ、クラブ、飲み屋

□ **ファーストコンタクト**／**「何、飲んでんの～?」**「誰の友達～?」**「よく来んの～?」**

□ **仕留め方**／初回デートの最初の食事で畳みかける　**2軒目はない**

狩り

クーガーが若い男をハントするのは、ホームパーティや飲み屋など、酒があって人が大勢いるところ。話題豊富で座持ちのいいクーガーはこうした会合にしょっちゅう呼ばれる。そこで好みの男性を見つけたら、肉食系らしく自分からガンガン話しかける。「何飲んでんの～？」「よく、来んの？」が得意な台詞だ。気が乗れば「今度二人で飲もうよ」なんて約束まで取り付ける。また、勝負の初回デートの日は2軒目には行かず、「ウチ来る？」とダイレクトに誘うこともある。





□ **目元**／マスカラ命、アイライナー命

□ **口紅**／**しない**

□ **肌**／基本日焼け、**テラコッタパウダー**を愛用

□ **爪**／ジェルネイルが大好き

□ **香り**／香水は**『CREED』**を愛用

コスメ

猫科のクーガーなだけあって、目ヂカラUPに心血を注ぐ。マスカラやアイライナーの減りは人一倍。ただ、目元が派手なぶん、バランスをとるために口紅は塗らない主義。せいぜい透明グロスをつける程度。肌は野性味溢れる日焼け派で、テラコッタパウダーを常に携帯。ミラノマダムのような肌になりたいと憧れている。爪は当然ジェルネイル。月2回のサロン通いが常識。愛用する香水『CREED』は英国の名門ブランド！

□ **基本スタイル**／パンツ中心　**レギンス、デニム**大好き

□ **勝負服**／『パオラ・フラーニ』『エミリオ・プッチ』など

イタリア系ブランドのワンピース

□ **ショッピング**／**ファミセ**に出没　アウトレットも大好き

□ **嫌いなスタイル**／コンサバOLを敵視

ファッション

しなやかな肢体を持つクーガーゆえ、体にフィットしたスリムパンツやレギンスが大好き。一方、パーティや勝負デートでは、エミリオ・プッチやパオラ・フラーニなどイタリア系のブランドのワンピでキメる。全般的に辛口なカッコいい系ファッションを好むため、甘口アイテムで固めたコンサバOLが大嫌い。「男に媚びてる」と軽蔑する。買い物は、ファミセ（ファミリーセール）やアウトレットなどお得感があるところが中心。ネットオークションでファミセの入場券を入札する時は、目がつり上がっている。



□ **年齢**／19～29歳

□ **外見**／基本はイケメン、傾向はセクシー系、かわいい系などいろいろ

□ **中身**／聞き上手、教えられ上手、甘え上手

□ **年収**／50万～500万円　**自分の半分が基本**

好みの男性

経済的にも精神的にも男に依存しない代わりに、徹底的に愛に生きたいのがクーガー。そのため、年収や職業にはこだわらないが、顔は当然イケメンが条件。身長も、スーパーハイヒールを履いた時の自分より高いことが必須。常に自分が恋愛の主導権を握っていたいので、内面は控えめな聞き上手タイプが好き。適度に自分の話につっこみや合いの手を入れてくれれば文句はない。当然、"俺の話を聞け"的な男には見向きもしない。



□ **スポーツ**／ジムで水泳　基本的に鍛えている

□ **趣味**／**サンバ、フラメンコ**などラテンダンス

□ **遊び場**／クラブ、飲み屋、スペインバル、ホームパーティなど**賑やかなところ**

□ **SEX LIFE**／**騎乗位**大好き

スポーツ&SEX

クーガー女は体が資本。ジム通いは常識で、水泳や加圧トレーニングなどで汗を流す。女っぷりが際立つサンバなどのダンスも大好きだ。酒にもめっぽう強く、大勢で飲みに行くのが大好きで、スペインバル、立ち飲み屋など賑やかな店を好む。肉食系らしく、当然SEXにも意欲的。自分からリードするのは当たり前と考える。クーガーの辞書に「まぐろ」なんて言葉はないのだ。

クーガー女の恋愛事情

実際にクーガー女は、どのように年の離れた男の子と出会い、どのような恋をしているのか。リアルなところを3人の女性にお話しいただきました。



cougar

02

を楽しむ。
来は考えない主義。

藤 梓さん（仮名・37歳）
報関連会社マネージャー
内有名私大法学部卒業後、大
電機会社に就職。SEとして
く。29歳で、情報関連会社の
ステム部門に転職。昨年、マ
ネージャーに昇進。



cougar

03

供はいても
キドキは欲しい。

佐久間涼子さん（仮名・38歳）
不動産会社営業部長
短大卒業後、アパレル会社に勤
務。ショップの店長を務めた後、
23歳で結婚。翌年、男児出産。
宅建の資格を取得し現職に。現
在は30人の部下を統括。

cougar

01

きっかけは13歳年下の彼からの猛烈なアタック。

芳野祥子（ながこ）**さん（38歳）** 会社経営

Himerium（株）代表取締役社長。大手広告代理店、ウェディング会社の役員、大手IT会社の事業部長等を経て現職。オバマ大統領もご愛用の携帯「BlackBerry」を片手に、世界を飛び回る。





恋愛遍歴

【高校】 2歳年下の彼氏と付き合うが、それ以降は年上がほとんど。

【26歳】 5歳年上の商社勤務の男性と結婚式を盛大に挙げるも、籍は入れず。彼の海外赴任についていくことなく自然消滅。

【36歳】 6歳年下の大学講師と付き合い始める。半年後に13歳年下の同級生に告白されて付き合い始める。その男性が現在の彼氏。

36歳の時、通いだした大学院で13歳下の〝同級生〟と恋に落ちる――そんな映画みたいな恋を現実にしてしまった人がいる。マーケティング会社を経営する、芳野祥子さんだ。付き合いだしたキッカケもまた、ロマンティック！

「私の誕生日前日、貸していた教科書をどうしても今日返したいと言うんです。面倒だなと思いつつ待ち合わせ場所に行ったら、なんと彼が花束を抱えて待っていました」

ストレートな告白に、芳野さんはグラッときた。だが、当時の芳野さんには別の彼が。告白を受け入れるか迷ったが、さらなる彼のアタックには抵抗できなかったという。

「大雪の日、大学院に登校したら、彼から電話が入り『講堂に来て』と言うんです。一体何？　と思って行ったら、大きな雪だるまのプレゼントが待っていました（笑）」

大人の女が乙女に戻ってしまった瞬間、と芳野さん。

「これまでは、同じ年か年上で、ポジションも自分と似たような人と付き合うことが多かった。それだとお互いがライバルになってしまい傷つけ合うことが多い。ところが相手が13歳も離れていると、私の肩書など一切関係なく、ただ純粋に私の内面を好きだと言ってくれる。この人とやっていこうと思いました」

交際は順調に進み、昨年夏からは芳野さんの自宅マンションで同居を開始。

「今度は私から、『一緒に住む？』と提案しました」

以来、家事一切は、会計士を目指して勉強中の彼が引き受け、仕事に忙しい芳野さんを支えてくれているという。

「経済的な負担は当然私のほうが多い。でも、彼はまだ若くて可能性のある人。その可能性にかけたいですね」

もちろん喧嘩もする。だが、一日の終わりには必ずお互いに出来事を報告する。

「会話に年齢差は感じないです。ステイタスで選んだのではなく、気持ちが惹かれ合った結果なので、ごく普通の男女として付き合えるんです」









ミニクーガー座談会

オーバー30歳がクーガーなら、30歳前はミニクーガー。なぜ若いうちから年下に走る? 年上のクーガー女をどう思っている?

亜希 最近、ウチら30歳前でも年下を狩っていく人は増えたよね。

真由美 うん、増えた。っていうか、オーバー35歳の男とは気が合わなさすぎる(笑)。

佐智 威張っているっていうか、オラオラ系っていうか。

亜希 私も、年上のオラオラに疲れて年下に走ったんだよね。

真由美 年下デビューは?

亜希 26歳かな。オーストラリアにワーホリに行ったら21歳の現地の人と出会って。若い子は、こんなに人を純粋に愛せるんだって感激しちゃった。その彼とは別れちゃったけど、今の彼も会社の後輩。

真由美 実は私も、大学卒業後、アメリカに留学した23歳の時、19歳のアメリカ人と付き合ったのがクーガー・デビューなの。

佐智 〝渡航クーガー〟だね。

真由美 うん(笑)。国境を越えると、年の差なんて関係なくなるんだよね。だから、今の彼も友達の紹介で出会った3歳下。

佐智 私は、27歳の時、付き合っていた同級生の彼に浮気されて、4歳下の会社の後輩が慰めてくれたのが、付き合いだしたキッカケなんだよね。

真由美 〝社内クーガー〟だ(笑)。

佐智 ウチの会社は社内クーガーが多くって、3歳上の男と同棲している30歳の先輩が、24歳の後輩にちょっかい出していたりする(笑)。38歳の女課長も最近、7歳下の部下と結婚したし。

亜希 私がいるIT業界は、部活が盛んなんだけど、IT会社同士のサッカーリーグの応援に行って、若い男の子を仕留めた先輩っているもんな〜。

真由美 〝部活クーガー〟(笑)。

亜希 でも、最近、めっきり合コンが減ったじゃん? だから、他で出会うしかないんだよね。そういえば、私の同期もSEの若い男の子つかまえて、「ウチのPCの配線もやってくれない?」なんて誘ってたもん。

佐智 〝配線クーガー〟!

真由美 ハハハ。でも、年下と付き合うのって、気が楽だよね。すぐに結婚するわけじゃないから、妙な気負いがないし。年下が相手だと、何でも「ま、いっか、年下だから」で許せるし。

亜希 時々、言ってることのあまりの幼さに、年上もいいなぁって思うけどね。でも、素敵な年上は、みーんな結婚してる。

佐智 不倫だけは嫌。

亜希 同期は仲間な感じになるし、やっぱ、このまま年下を狙い続けるしかないのかな?

佐智 いいんだよ、コレで。38歳とかで20代の男の子を射止めた本物のクーガーの先輩なんて、見ていてカッコいいもん。

亜希 金持ちのオッサンつかんだ人なんかより、年下と付き合うほうが断然株が上がるよね。

佐智 やっぱり私たち、完全なクーガー予備軍だね。

真由美 ミニクーガーからクーガー、って出世魚かって(笑)。



友田真由美さん(28歳)
情報関連会社勤務
大学卒業後、アメリカの大学院に留学。情報関連会社に就職し、経営企画部門に勤務。夢はコンサルティング会社を起業すること。

倉田佐智さん(仮名・28歳)
大手百貨店勤務
大学卒業後、大手百貨店に勤務。販売員を担当した後、現在の広報部門へ。キャリアアップを目指して、PR会社への転職を目論む。

朝倉亜希さん(仮名・29歳)
IT会社勤務
大学卒業後、出版社の広告部に勤務。オーストラリアにワーホリした後、現在のIT会社に入社。昨年から、マネージャーを務める。

【高校〜大学】	同級生の彼氏と長年交際。
【24歳】	就職して遠距離恋愛となり破局。
【26歳】	職場の上司と不倫関係に。
【29歳】	不倫に嫌気がさし、現在の会社に転職。
【33歳】	2歳上の職場の同僚と付き合うが、他に好きな人ができたと言われ振られる。
【35歳】	9歳下の今の彼と出会い、交際開始。

る破局〃は覚悟しています」

そう語るのは情報関連会社に勤める加藤さん(仮名)。取引先の担当者として出会ったが、彼は、9歳年下の28歳。初回の打ち合わせで意気投合。

「次の打ち合わせでは、あ・うんの呼吸で消えてしまいました(笑)。ところが、その仕事が終わったら、連絡もプッツリ。絶対にこれで終わらせない! としびれを切らした私は、酔った勢いで、『好きなんだけど』ってメールしちゃいました。すると、『僕もです』という返事がすぐに来て。私がお姉さんなので〝一晩の恋〟だとでも思っていたみたい。果敢にこっちから言

晴れて、昨年の春から交際。

「毎朝電話で彼を起こしたり、洗濯してあげたり。私が味噌汁を作っていると、『何してんの?』なんて後ろから抱きついてきたりする。そういうことを自然にできちゃうところが、かわいくて」

なのに、「結婚はきっと無理」とつぶやく。

「彼のお母さんが私と会うことさえ許してくれないんです。大事な息子を、子供を産めるかもわからない年増に取られたと思っているのかな。彼も反対を押し切る気配はないし。だから、将来の話はしません。今を楽しむ。毎日、そう呪文のように唱えています」

【高校〜短大】	4歳上、6歳上など、年上の人と交際。
【23歳】	5歳上の自営業の男性と結婚。男児を出産するも、男尊女卑的な夫に嫌気がさし、離婚を意識。
【30歳】	27歳で不動産会社に転職し、貯金ができたため離婚。
【31歳】	年下男性と付き合った後、8歳下の営業マンと再会。交際スタート。
【33歳】	同居を開始。現在に至る。

同棲する佐久間さん(仮名)は、14歳の男の子を育てる〝子持ちクーガー〟。不動産会社の営業部長として30人の部下を束ねるスーパーキャリアだが、以前は社長夫人で、働かなくていい身分だった。

「表面的には人が羨む結婚でした。でも、家には毎晩夫の会社の人が出入りし、接待に追われる日々。かといって夫からはねぎらいの一言もなく、実際は孤独な毎日でした」

いつかは自立して家を出たいと決心した佐久間さんは、将来に備えて猛勉強を開始。宅建の資格を取得し、不動産会社でメキメキ出世。一軒家の購入と同時に、夫に三行半

会ったのが、会社に出入りしていた営業マンの彼だ。

「当時はお金を稼ぐのに必死で、目がつり上がっていた(笑)。そんな私を笑わせてくれたのが、彼だったんです」

会う度に付き合ってほしいと言われ、交際を開始。翌年から佐久間さんの家で、息子と3人で暮らす。

「5歳年上の前の夫は子供ができた瞬間、私を女として扱わなくなりました。けど、8歳下の彼との関係は、恋愛以外の何物でもない。だから、今でもドキドキ感がある。その代わり信頼だけが肝だから、『浮気したらおしまいだよ』って念を押しています」









クーガーで結婚! 成功者に学べ!!

年の離れた男の子と恋愛をするだけではなく、なんと結婚にまでこぎ着けた女性がいます。その成功体験をたっぷりお届けします。



相手の家族との関係が重要です。

♥ 恋愛遍歴

【大学&OL時代】 10歳以上年上と付き合う。年上以外は会話がかみ合わず。

【32歳】 2つ年上の同業者（会社経営者）と結婚するも、いざこざが絶えず離婚。

【36歳】 イベントの打ち上げで今の彼と出会う。翌年に結婚。

川崎貴子さん 会社経営 37歳

一昨年、8歳年下のダンサーの彼を射止め、再婚した起業家の川崎貴子さんは、まさに〝クーガー女の成功例〟。その川崎さんが、4年前に4つ年下の男性と結婚した田中舘悦子さん・一光さん夫妻を訪ね、年下の男性と結婚して幸せになる秘訣を語り合いました。クーガー婚と年下婚の座談会です。



女性社長とダンサーが恋に落ちた瞬間。

田中舘悦子（以下、悦子） 最近、だいぶ年下の男性を射止める女たちを、クーガー女というらしいね。

川崎貴子（以下、貴子） クーガーって、ピューマのことだよね。確かに私はどちらかといえば肉食系ですが、ピューマって(笑)。

田中舘一光（以下、一光） 二人はライブで出会ったんだよね。

貴子 そう。当時は前の夫と別れて、最も荒れていた時期でした(笑)。経営者仲間がバンドをやっていて、「見に来ないか」って言うものだから行ったら、バックダンサーに彼がいて、それが始まり。

川崎正博（以下、正博） 最初に話したのは、その後の打ち上げだったよね。

悦子 貴ちゃん（貴子さん）が話

正博 僕からは喋りかけられないですよ。身分が違いますから(笑)。

貴子 私は一目見て、いいなって思ったし、その時かなり酔ってたもんで、その場で遠慮がちだった彼に「何が食べたいの?」って聞いたの。そしたら、「パフェ」って言うもんだから、調達してあげた(笑)。



悦子 さすが、クーガー(笑)。まーくん（正博さん）は、その時、どう思った?

正博 積極的な人だなって(笑)。でも、嬉しかったですよ。

貴子 私も、すぐに好印象を持ったの。だって「何やってるの?」って聞いたら、「スーパー・ニートです」なんて言うから。

一光 ニートが好印象?

貴子 いや、私が普段接している人たちは、自分を大きく見せたい人が多いから。例えば「今期はいくら売り上げた」だのお互い競い合っちゃうでしょ? ところが、まーくんは、自分のことを飾ろうともしない。そこが、新鮮で、面白いなと。

正博 ラッキーだったな(笑)。

貴子 だから、私のほうから、「今度また飲もう!」って、電話番号を聞いたんだけど、家に帰っ

あって。酔ってたので何度も聞いたのかも(笑)。で、次の日電話したら、彼が「本当に電話くれたんだ」と喜んでくれて、そんな低姿勢な感じにほろりとして。後は結婚までとんとん拍子。

ダイヤのピアスの箱を開け、「結婚しよう」と逆プロポーズ。

正博 悦子さんのところは、カズ（一光）さんからアタックしたんですよね。

一光 いや、エッ（悦子さん）からだよ。

悦子 違うよ。カズからだって。

貴子 まあまあ(笑)。二人は、共通の友達の鍋パーティで知り合ったんだよね?

悦子 そうそう。当時私が32歳で、彼が28歳。私が、情報関連会社の営業部長をしていた頃よ。

一光 当時、レコード会社のペエだった僕は、なんてイケイケな人なんだろうって思った(笑)。当時のエッは、全てに力が入りすぎちゃってて、逆の意味で気になったんだよね。

貴子 急接近のキッカケは?

悦子 いわゆる「女の厄年」だったから、厄払いしたいって話をし



から連れてってあげるよ」って。

正博 凄い口説き文句だ(笑)。

悦子 当時は6年も付き合った年上の彼氏がいたので迷ったの。でも、もう年上に振り回される恋愛は嫌だなって、彼に決めたのよ。

一光 その時、エッから貰った手紙、俺、まだ持ってるよ。

悦子 そういうところが、いいなって(笑)。

貴子 わかる。優しいのよ、年下の彼は。私もこの人に決めたって思ったのは、旅行に行った時に優しくしてくれたから。私が酔っ払ってそのまま寝ちゃったら、彼がコンビニでふき取り型の化粧落としを買ってきてくれて、夜中、無言で私の顔を拭いてくれた時だもん(笑)。

一光 普通、それはできないよ。

貴子 うん。私もそういう気遣いは全くできないタイプ(笑)。だから、私はすぐに自分からプロポーズしましたよ。給料3か月分のダイヤのピアスの箱をパカッと開けて、「きっと幸せにするから、結婚しよう!」って(笑)。

正博 僕は「ふつつか者ですが、よろしくお願いします」とお受けした(笑)。

一光 逆プロポーズだ。クーガー



『下流社会』の著者、三浦展さんが提言!

クーガーは最良の婚活キャラです!?

ところで、なぜ日本でもクーガー女が増えている? その社会的事情と、クーガー女の婚活と、その可能性をお話しいただきました。

年上の男性の数が、少なすぎる。

オーバー30の女性がかなり年下の男を射止めるケースが増えているようですが、納得です。というのも、結婚件数は出会うチャンスの量に比例するから。クーガー女にとって、恋愛対象となる男性の数が少なすぎる。例えば、クーガー女のど真ん中、35～39歳の世代は964万人もいます。ところが、その上の世代の40～44歳は848万人しかいない。まして、その世代の大半は既婚者。その上、収入が高いなど条件をつけると、出会いの数はさらに減る。だから、独身の35歳以上の女性は年下男に行かざるを得ないのです。

男に金を求めない女性キャリアの台頭。

女性は自立をしていくと、男性に経済力を求めなくなります。従って、高給な総合職、専門職の女性が増えたことも、クーガー増加の一因といえるでしょう。クーガーのコア層、35～39歳の就職戦線は厳しいものがありました。しかし、男女雇用機会均等法が企業に浸透していたため、男女差別も受けず、管理職になった女性もいる。ベンチャー、外資、女性起業家ブームに乗って、飛躍した女性も多い。魅力的な女性上司の存在は、男性部下の憧れになりやすく、彼らの恋愛対象を広げるキッカケに



自分に自信がつくと ぐっと年下でもOKになる。

悦子　でも、私たちって、今までずっと年下好きだったってわけじゃないよね。私なんて、彼と出会うまでは、付き合う人、付き合う人、みんな年上だった。

貴子　私も8歳、10歳上は当たり前だった。

悦子　若い時って、自分の足りない部分を恋愛で満たそうとするんだよね。〝理想の自分〟と、〝現実の自分〟に凄いギャップがあって、〝理想の自分〟に近い男性と付き合うことで、自分が高められている気がするっていうか。

貴子　20代はいろいろ吸収したい時期だから。また年上が輝いて見えるしね。

正博　じゃあ、二人はいつから年下OKになったの？

悦子　いろいろ経験して自信がついてきた時かな。理想と現実のギャップが埋まってくると、本能で男を選べるようになる。だから、凄い年下でもOKになるんだよね。

一光　本能ってとこがまた、クーガーっぽいな(笑)。

自信がない時期は、男性の収入や学歴を見ちゃったり、どうしても打算が入るじゃない。でも、そういうやり手の男性って、自分の心の深いところまでは、理解してくれなかったりするんだよ。

貴子　そう。理解したようなフリして、全然理解していない(笑)。

悦子　私はカズに凄く感謝してるの。だって、普通の男は、私たちみたいなガッガツ仕事する女とは、結婚しないでしょ。たとえ、付き合ったとしても。

貴子　来るわけがない(笑)。

一光　えっ、なんで？　ガッガツ仕事してていいじゃん。俺なんて、「一緒に走ろうよ」って思っちゃう。親も共働きだったからかな。

悦子　基本、私たちのようなキャリア系は似たようなキャリア男と結婚すると、〝家庭に男が2人いる〟状態になっちゃう(笑)。ところが、すごーく年下のまーくんは、忙しい貴ちゃんに代わって、家事までしてくれる。

貴子　本当にそれはありがたかったよ。料理の本をプレゼントしたら、すぐに料理上手になって、今ではパーティ料理もお弁当もお手のものだもん。

一光　また、お世辞抜きに、盛り付けも完璧なんだわ。

貴子　料理や家事って毎日のことだから、働く女性にとっては男選びの重要なポイントだと思う。

悦子　だよね。カズも、朝ご飯とか普通に作ってくれるもんね。

貴子　でも、〝年の差カップル〟の難しさを感じた時もあった？

悦子　そりゃ、あったよ。出会った時、彼はまだ30歳にもなってなかったから、将来のビジョンも見えていなかったし、いろんな壁にぶつかっていて、どうなっちゃう



貴子　実は私も、その問題に関してお悩み中(笑)。彼の仕事を巡って、もっとこうしたほうがいいのになんて思うと……。

悦子　ついつい、クチが出ちゃうんだよね～。

貴子　そうなの！　だって、見ちゃおれないんだもの(笑)。自分の部下だって、きちんとアドバイスしてあげた子は伸びるじゃない。

悦子　ましてや、自分の大切な人なら、絶対言いたくなるよね。だって、人生がかかっているんだからさ(笑)。

一光　コレだよ。コレをやられると、「お前は俺のお姉ちゃんじゃないって」思っちゃう(笑)。

正博　また憎いことに、正しいこと言うんだよね。その通りなだけに、かえってカチンとくる。

悦子　救いは、お互い全然違うフィールドで勝負していることだよね。音楽に関しては、この人は凄いって尊敬しているから。

貴子　私も彼のダンス見ていると、震える(笑)。凄すぎるって。

悦子　やっぱり、お互いどこかで尊敬できるところがないとね。

貴子　そうそう。

結婚できたのは、家族の理解があったから。

悦子　でもさ、何だかんだ言って、私たちが結婚できて幸せにやっていけるのは、お互いの両親の理解があったからだよね。もし、反対されたら絶対結婚できなかったよ。

貴子　「あなたその年で、子供を産めるんですか」なんて親、実際にたくさんいるらしいよね。

悦子　いるんだ、これが(笑)。そこいくと、まーくんのお母さんなんて「ウチの息子を貰ってくれてありがとう」って感じじゃない？　恵まれているよ。

貴子　こちらこそなのに。実際、私、あのご両親と家族になりたかったから、結婚したって部分もあるもの。彼の家族と出会わなかったら、また結婚する意味を見いだせなかったかもしれない。

悦子　結婚って、よくいわれることだけど、お互いの家族が一緒になるってことだからね。

一光　だから俺たちはわりと最初から、家族を積極的に巻き込んでいったよね。付き合った初年度から、母の日はお互いの母親を呼んで、4人で食事会をしたりとか。あとよかったのが、エッが、当時両親が介護していたお祖母ちゃんをお風呂に入れてくれたこと。お袋、感動して、泣いてたもん。

貴子　エエ話や(笑)。やっぱり、結婚となると、家族の問題は当然ながら重要。〝年下はかわいい〟とか〝癒される〟ってだけじゃ、生活はできないよね。

悦子　でも、壁を乗り越えるだけの価値はあるから、後輩クーガーちゃんたちにはぜひ頑張ってほしいよね。



川崎貴子さん(37歳)
正博さん(29歳)
貴子さんは、人材関連会社を経て、女性専門の人材サービス会社「ジョヤンテ」を創業。社長を務める。正博さんはkatopeという名でダンサーとして活躍。家事全般も担当。

田中舘悦子さん(40歳)
一光さん(37歳)
現在妊娠中の悦子さんは情報関連会社の営業部長を経て、働く女性の支援会社「はびきゃり」を設立。一光さんは、大手芸能プロダクション勤務の音楽プロデューサー。



草食男子の登場。

近頃は、クーガー女を好む男性も増えました。そう、草食男子の登場です。基本的に、最近の若い男は若い女と付き合うのを面倒くさがる。今の若い女性は多様なため、相手が自分にどんな役割を期待しているのか推察しづらいからです。ところが、相手が明らかに年上の場合、彼女の意に沿っていればいいから、ある意味ラク。一方、3高（高身長、高学歴、高収入）が多いクーガーにとっても、3低（低姿勢、低負担、低依存）の草食男子は都合がいい。収入を張り合ってくることもないし、元来親分肌のクーガーの世話焼き欲求も満たしてくれるからです。

オーバー35の婚活は、クーガーキャラがベスト？

以上の3点を踏まえると、オーバー35は、年下を狙っていくほうが、結婚できる確率は高い。つまり、クーガー＝最良の婚活方法といえるのではないでしょうか？　クーガーにとっては経験の少ない若い男に自分の知識や経験を教えることが、若い男にとっては先達から学べることが、純粋に楽しいはず。お互い損得を抜きに、一緒にいる楽しさを共有できるなんていい関係だと思います。逆に、相手に依存するのはタブー。「私が面倒見たんだから、結婚してよ」と迫るのでは、打算のない関係がオジャンになる可能性は高い。一緒にいて楽しいなら気持ちは自然と結婚に向かうと思います。とにかく負担をかけてはいけません。



三浦展さん
カルチャースタディーズ研究所代表。パルコ、三菱総合研究所を経て現職。近著は『シンプル族の反乱』（KKベストセラーズ）。

セレブのクーガー例

セレブはやっぱり新しいもの好き？ といえるほど
クーガー女が続出中。しかも、年齢差やしとめ方も見事なもの。
代表的なカップル例を映画ライターの山縣みどりさんに聞きました。

※年齢および年齢差は2009年10月13日時点のものです。写真・AFLO

大人の色気☆パターン

デミ・ムーア(46歳)
×
アシュトン・カッチャー(31歳)

クーガーブームの火付け役となったデミ。「4000万円かけて全身整形しただけあって、大人の色気たっぷり。その上、大物だから学ぶこともいっぱいあって一緒にいて楽しいはず。人脈もたくさん紹介してもらったことでしょう。アシュトンがベタ惚れなのも納得ですね」。付き合い始めこそデミのほうが大物だったが、最近は"アシュトンの奥さん"としてほぼ専業主婦化。「ガツガツしたイメージから脱却し、化粧品大手『ヘレナ ルビンスタイン』のキャンペーンモデルの座まで獲得したのは大金星ですね」



15 歳差

君はペット☆パターン

マライア・キャリー(39歳)
×
ニック・キャノン(29歳)

23歳の時に21歳上のレコード会社重役と玉の輿婚するも結局は捨てられる、という悲しい過去を持つマライア。その反動か、電撃再婚したラッパーのニックは10歳下。キャリアもかなり格下で、まさに"君はペット"状態？ 「でもニックは14億円のダイヤをプレゼントするほどマライアにぞっこん。背中には『Mariah』とタトゥーも入れているらしい。マライアも10kg痩せるなどニックを繋ぎとめるのに必死です」。ペット飼うのも楽じゃない？



10 歳差



9 歳差

エージェント☆パターン

ジェニファー・アニストン(40歳)
×
ジョン・メイヤー(31歳)

ブラピの妻として、世界中の羨望の的となったジェニファー。あれから4年。「今や痛いクーガーの代表格になってしまいました。この人、いつもエージェントに自分が気に入った男との初顔合わせをセッティングさせるんです」。ミュージシャンのジョンがまさにそれ。だが、PRのネタにされただけで、2度もフラれる結果に。「ジョンは典型的なプレイボーイ。注目されるなら何でもする男で、相手選びを完全に間違えましたね」。反面教師にしたい。



10 歳差

出会い仕込み☆パターン

ハル・ベリー(43歳)
×
ガブリエル・オーブリー(33歳)

3年前、『ヴェルサーチ』の広告キャンペーンで出会った二人。「お互い一目惚れで撮影の時から意気投合したといいます。ですが、ハル級の大女優ともなると、事前に共演モデルのチョイスには立ち会っているはず。恐らく『この子がいい』と出会いを仕込んだのではないでしょうか。DV夫による暴力被害に続き、SEX依存症気味の夫の浮気など、だめんずぶりに自ら終止符を打ったのはアッパレとしか言いようがないですね」

人生の師匠☆パターン

スーザン・サランドン(63歳)
×
ティム・ロビンス(50歳)

映画『さよならゲーム』で出会った時、スーザンは既に42歳で2人の子持ち。だが、「当時30歳のティムは、名女優でありながら、積極的に社会問題に取り組むスーザンの知性に脱帽したのです。ティムにとってスーザンは"人生の師匠"というわけです」。その後、ティムが監督した映画『デッドマン・ウォーキング』がスーザンに、5度目のノミネートにして初めてのアカデミー賞主演女優賞をもたらすなど、公私ともに良好な関係が20年以上続く。



11 歳差



28 歳差

公私混同☆パターン

マドンナ(51歳) × **ヘスース・ラズ**(23歳)

昨年10歳下の映画監督のガイ・リッチーと離婚した直後から、17歳年下の野球選手アレックス・ロドリゲスと不倫するなど相変わらずお盛んなマドンナ。今度のお相手は極めつき。28歳下という親子ほど年の離れたヘスースくんだ。「ブラジルツアーのバックダンサーとして雇ったモデルです。なにせ"雇い主"ですから、自らオーディションを仕切り、その後も"個人オーディション"をしたに違いありません(笑)」。マドンナならではの公私混同ぶりだ。



お口の恋人
LOTTE
カリンなる一族
NEW
LOTTE
味わいカリンのど飴
LOTTE
のどスッキリ!さわやか
カリンはロッテ
のど飴
LOTTE
のどスッキリ!さわやか
フルーツ
カリンはロッテ
のど飴
NEW
LOTTE
カリンとはちみつのおいしさ
味わい
カリン
のど飴
LOTTE
カリンはロッテ
のどスッキリさわやか
のど飴
www.lotte.co.jp


綾瀬はるか使用色：フェイスフィニティ モイスチャー パウダー(OB-2)、フェイスフィニティ モイスチャー リクィッド(BE-2)、カラーエフェクツ ベース(アイボリー パール)、ラスティング アイブロウ & ライナー(M-2)、アイグラデーション カラーズ(シフォン ピンク)、アイライナー ペンシル(BR-1)
ラッシュ ダイナミスト(ブラック)、ビューティー マックス チーク(PK-1/BE-1)、エンジェリックリップ(N121)、エンジェリックリップ ブリリアンテ(B312)



冬でも、ぴたっと美肌。
この秋冬を、ほんのりしあわせな空気で
つつんでくれる肌の誕生です。
密着エッセンス増量の進化系・美容液コートのパウダーで
なじみよく、肌にぴたっと密着。
乾燥しがちな季節でも粉浮きせず、なめらかな肌の完成です。
MAXFACTOR
進化系・美容液コートで、
ぴたっと密着。
しあわせ美人
MAXFACTOR
フェイスフィニティ モイスチャー パウダー
全7色 3,675円(税抜3,500円) コンパクト840円(税抜800円) デュアル サイド パフ 420円(税抜400円)
www.maxfactor.jp
慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com



01

自宅にあるお酒の割り材として！
＋赤ワイン。リモ・ナーダに赤ワインを静かに注ぎ、２層に分かれたカクテルは見た目にもおいしい。



02

飲みやすい、すっきりカクテル！
＋ジン＆ソーダ。ジン・フィズをアレンジ。ジンとよく混ぜて、最後に冷えたソーダを適量注ぎます。



03

ちょっとした工夫で、さらにおいしく！
＋クラッシュアイス。リモ・ナーダを注ぐだけ。キンキンに冷すと一層おいしい！



04

ノンアルコールのカクテルで乾杯！
＋ウーロン茶。お酒が飲めないから、いつもソフトドリンク。ワタシも飲んでる気分を味わいたい…。



ミニッツメイド リモ・ナーダ　原材料名・レモン、砂糖、香料、酸化防止剤(ビタミンC)、マリーゴールド色素　品名・13%レモン果汁入り飲料　メーカー希望小売価格 350mℓPET ¥158　280g缶 ¥120

(ミニッツメイド リモ・ナーダ)

レモン・リッチな大人向けのレモネード。

「リモ・ナーダ」とはスペイン語でレモネードのこと。レモン果汁を13％使用し、砂糖だけで程よい甘さを加え、純水ですっきりと仕上げた大人向けのレモネードです。保存料は一切使用しておらず、濃くてしっかりとした果汁感と酸味による爽快感を楽しんでいただけます。おいしい楽しみ方は、リモ・ナーダのウェブサイト（www.mmaid.jp/limon-nada/）でも続々紹介されているから参考にしてみて。

Check It!



感じている"プチストレス"を投稿すると抽選でリモ・ナーダをプレゼント！　また、そんな悩みをDJナーダが快答！　これでいいんだなーだ！　毎週mixi Radioで『NADA Radio STATION from SPAIN』放送中、必聴なんだな〜だ！

リモ・ナーダはいろんな飲み方が楽しめるんだな〜だ!

街の通りにはバールが並ぶスペイン、この国ではレモネードは家庭の定番飲料です。そんなドリンク大国スペインから今春やってきた＊、大人気のレモネードがミニッツメイドのリモ・ナーダ！もうおなじみですね。

レモン果汁をリッチに13％も使用！しっかりとした酸味と、それとバランスをとった甘さ、この濃い味が本場スペイン流のレモネードなんです。

そして、夏を乗り越え、傷んだ髪の毛も気になるこの秋、まだまだ続く人気の秘密は、みんなのワガママなオケージョンに応えてくれるから。

気分転換で、グラスに氷を入れてそのまま楽しむのはもちろん、自宅にあるビール、焼酎、ジンなどのお酒と気軽にミックス（"ビール1＋リモ・ナーダ1"で"パナシェ"）したり。食事の際に、コカ・コーラ、スプライト、ウーロン茶などのソフトドリンクと割っても相性よし。

たとえば"コスタ・ブランカ"なら"ラム30mℓ＋トニックウォーター30mℓ＋リモ・ナーダお好み"といったように、カクテル好きの人にはベースとして使ってもらっても◎なんです。

リモ・ナーダのおいしさでストレスフリー！　いろんな飲み方が楽しめるんだな〜だ！

＊スペインで生まれた「リモ・ナーダ」のおいしさを日本で再現しました。

問い合わせ先・日本コカ・コーラ お客様相談室 0120・308509

写真・天日恵美子　インタビュー、文・井上佳世

是枝裕和監督の最新作『空気人形』が公開中。原作は業田良家氏の漫画。主人公は空気で膨らむビニール製の人形。"彼女"はある日、心を持ってしまう…。長年、映画化の企画を温め、ファンタジックなラブストーリーを作り上げた、是枝ワールドの魅力に迫ります。●

―人形と"持ち主"の暮らしぶりが実にリアルですね。

ビニール製の人形と暮らしている"ドーラー"と呼ばれる方たちに取材しました。彼らは"その子"のために近くのコンビニでケーキをふたつ買って帰るだけで癒されると言っていました。人形を性的な対象として見ているだけじゃないんですね。実際、人形の肩を抱いて頭を自分のほうにもたせかけると、重さを感じる。孤独じゃないと思える。だとすると彼らは特別な人たちではないな、と。



1962年生まれ。『誰も知らない』がカンヌ国際映画祭で最優秀男優賞を受賞。海外からも注目される気鋭の映画監督。最新作『空気人形』公開中。出演・ペ・ドゥナ、ARATA、板尾創路、オダギリ ジョーほか。

是枝裕和

Koreeda Hirokazu●映画監督

映画で描いた人形の一生は、ひとりの女性の一生でもあります。

―多くの現代人に共通する何かがそこにある？

孤独感や空虚感を別のもので満たそうとする気持ちは、僕にもわかりますから。

―映画で人形は、心を持ち、自ら動き出し、"持ち主"以外の男（純一）に恋をする。

最大の見せ場は、不注意で体に穴を開けてしまいしぼみかけた人形が、純一に臍の空気穴から息を吹き込んでもらうシーン。ひと息ごとに手、脚、胴体が純一の息で満たされていく。原作にもある官能的なシーンです。CGなの？　とよく聞かれますが、違います。撮影には24時間かかりました。

―テーマは人形と人間の純愛。

人形は赤ん坊のような無垢な状態から、恋をして、満たされます。でも好きな純一の息だけで満たされていると思っていたのに、"持ち主"の男の大阪弁がふいに口をついて出てしまう。自分の中に不純なものを見つけたとき、人形は純一の中にも自分以外の誰かがいるのではと気になる。でもそうした感情の揺れこそが成熟であり、生きるということ。映画で描いた人形の一生は、ひとりの女性の一生でもある。純愛ゆえに、最後は悲劇にならざるを得ないんですけどね…。

―いま、是枝監督を満たしているものは何ですか？

僕はもともと家に一人でいるのが好き。でも映画は一人では作れなくて、否応なく他人とぶつかり、摩擦も起こります。僕にとって映画は自分を世界と出合わせてくれ、社会化してくれる道具なんでしょうね。自分を満たすというのとは違うけど、自分を外へ開かせてくれる窓みたいなものですかね。

母なる証明

殺人事件の真犯人を、母は見つけ出すことができるのか?!
韓国の巨匠ポン・ジュノ監督、待望の最新作。

全編129分。2時間を超える映画なのに、そんな長さをまったく感じさせない。一瞬たりとも目を離すことのできない意外性と緊迫感が、全編を通してみなぎっている。

冒頭、タイトルにもある「母」が踊るシーンにまずぶったまげる。そこから彼女の息子、子どものまま大人になったような、純粋すぎる男トジュンと、彼の友人ジンテの、シュールでユーモラスなやりとりを見て、コメディなのかなと一瞬思う。が、次なる展開はまったく違う方向へと跳んでいく。次の展開を勝手に読むと、それは必ず裏切られ、想像もしなかったほうへどんどん連れていかれるのだ。

漢方薬局で働く母は、女手ひとつで息子トジュンを育て上げてきた。彼らの住む町で女子高生が殺され、遺体は廃屋の屋上にまるで見せしめのように放置される。トジュンが持っていたゴルフボールがその場にあったから、と彼は逮捕されてしまう。母親は、息子の無実をはらすため、なりふりかまわずひとり奔走する。そうして映画は次第にサスペンス色を帯びてくる。

このタイトルを見て、母の愛というものを美しく描いた映画なのだろうと想像していた。コメディであっても、サスペンスであっても、最後は母の愛を賛美するように終わるのだろうな、と。観終えてみれば、まったく浅はかな想像であったと認めざるを得ない。

私が今までに観た韓国映画はみんな熱くて濃いが、この作品もまた、熱くて、濃い。情というものの振れ幅がじつに激しい。母親の持つ愛情の美しさだけを、この映画は描いていない。まっすぐでひたむきで、決して消えることのない、強い愛というものは、こんなにもこわくて、こんなにも異様で、こんなにも哀しいものかと思う。その、こわさ、異様さ、哀しさを、映画は執拗なほど微細に描き出す。

「小鹿のように美しい目をした」トジュンと母親の関係はある意味で特殊だが、しかし二人の姿に私は普遍を見る。それは母になった瞬間にすべての女性が背負わせられる、愛という呪縛であり、子が大人になるときに知る、愛という檻である。私たちはそれらから永遠に逃れることができない。死ですらその愛に終止符は打てない。

これほどに熱く、濃く、描き出していながら、映画そのものが暑苦しくなっていないのは、映像の美しさの故もあるし、徹底したエンターテインメント作品になっているからだろう。サスペンス映画として、ぴたりぴたりと符号が合致し謎が解けていく様には、ほとんど快感を覚えるほどである。

最後の最後までまったく想像できなかったラストで、今まで連れていかれたところよりさらに一段深いところに、観客は連れていかれるはずである。トジュンの顔には、それまで、まったく汚れのない純粋無垢な美しさが宿っているように見えているのだが、このラストで、その真っ白な美しさがまったく別のものに見える。唖然とした。

突拍子なく感じられた母のダンスが、観終えたときに全然異なる印象に変化している。トジュンの顔が一瞬にして変わったように見えるのとおんなじに。

とんでもないところに連れていかれた。129分後の感想である。





[作品ノート] 製作は、あの『殺人の追憶』や『グエムルー漢江の怪物ー』などで国際的に高い評価を受けている、韓国の巨匠ポン・ジュノ監督。韓国の母と称される大女優キム・ヘジャと、実に5年ぶりの映画出演となるウォンビンが親子役を好演。貧しいながらも懸命に生きる二人が住む街に凄惨な殺人事件が起きる。子供の心を持ったまま純粋無垢に育った息子が第一容疑者として身柄を拘束され、そのとき母は…。韓国では公開10日で200万人を動員し、今年最高の大ヒット。10月31日よりシネマライズ、シネスイッチ銀座、新宿バルト9ほか全国ロードショー。

Relay Movie Review

次回はCMプランナーの多田琢さんが新作映画を紹介します。角田さんの連載は今回が最終回。ご愛読ありがとうございました。



this week

角田光代

作家。最新刊に『くまちゃん』(新潮社)が。近著に『三月の招待状』『マザコン』(共に集英社)、『福袋』(河出書房新社)、『予定日はジミー・ペイジ』(白水社)など。

文・兵藤育子

ROAD SHOW

『ファイティング・シェフ～美食オリンピックへの道』

フランス料理の国際大会「ボキューズ・ドール国際料理コンクール」は、世界中のシェフが一堂に会して腕を競う、料理版オリンピック。カメラが追ったのは、自国の料理界の期待を一身に背負い、重圧や緊張と闘いながらコンクールに臨んだスペインの若手シェフ。料理という繊細でダイナミックな一瞬の芸術にすべてをかけ、大舞台に立って成長していく姿が感動的。ひと味違う食のヒューマン・ドキュメンタリー。



監督・ホセ・ルイス・ロペス・リナレス 出演・ヘスース・アルマグロ、セルジュ・ヴィエラ　10月10日よりTOHOシネマズ シャンテほかにて上映。

『eatrip』

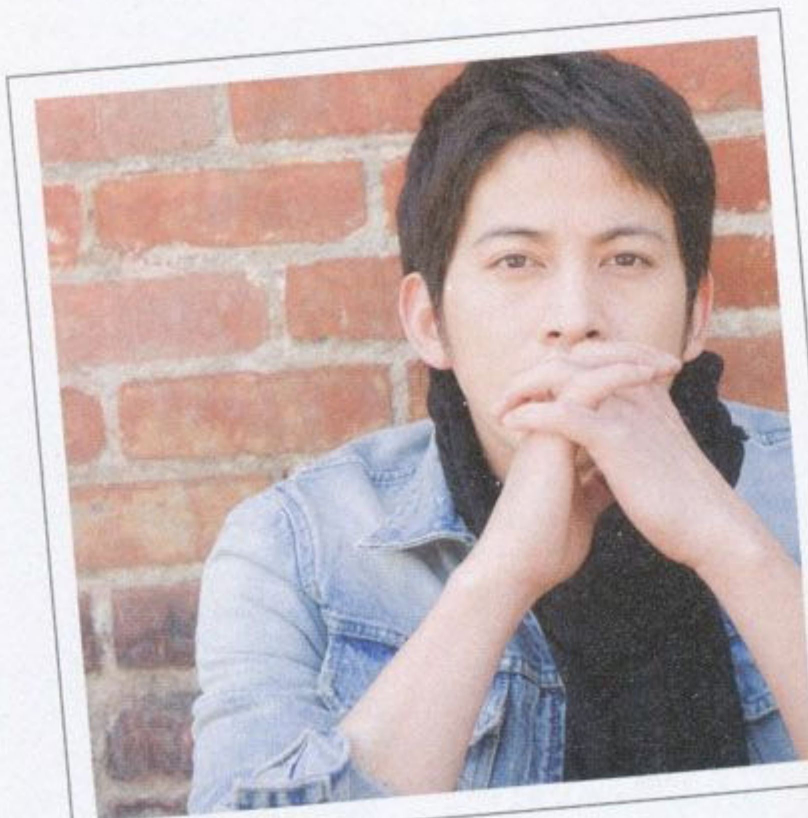
フードクリエイティブ・チーム「eatrip」を主宰し、テレビ、ラジオ、雑誌などで活躍するフードディレクター・野村友里の初監督作品。浅野忠信やUA、茶道家、主婦、住職などさまざまな人に、"食と生"にまつわる根源的な問いが繰り返される。なぜ食べるのか？　今まで食べた最高の食事は？　あなたにとって食べることとは？　など。食の専門家が捉えた、食と人の心地よく正しい関係を模索する作品。



監督・野村友里　出演・浅野忠信、UA、内田也哉子、千宗屋、森岡尚子、首藤康之、酒井日慈　10月10日より恵比寿ガーデンシネマほかにて上映。

岡田准一の EXPOSURE

エクスポージャー　1.カメラの露出　2.暴露　3.人前に出ること



第187回

いくつになっても子供心は忘れずに持っていたい。

岡田准一

待望の『SP』映画化決定で多忙な日々！　今年の20th Century／Coming Centuryのライブ映像をひとつにパッケージしたライブDVDも好評発売中です。

来月で29歳になる。30歳も目前になってきたけど、思っていたより大人じゃないなというのが正直な実感。もちろん大人として成長している部分はあるけど、ある部分子供のままなんじゃないかって思うところが結構ある。そのひとつがいたずら好きなところ。

これはこの間のカミセンのライブ中のこと。楽屋のシャワールームにかなりスースーするボディソープがあったので、ちょうど浴びている最中の健くんのシャワールームにこっそり侵入して股間めがけて噴射。しばらくすると中から健くんの「超イテえ～！」という声。満足(笑)。せっかくだから剛くんにもやっとくかと思い実行したら、こっちは「ウホホホ～～♡」という歓喜の声。この手のことは思いついたらすぐやってしまうんですよね。

でも、時たま思いっきり子供っぽいことをしてみたくならない？　僕はいくつもあるなあ。まず、中学のラグビー部時代のようにグランドで泥んこになる。一心不乱に食べる。好きな食べ物を一心不乱に食べる。夏祭りの屋台で売ってるソースせんべいを食べまくる。カルピスの原液を飲んでみる、とか(笑)。ちなみに最後のカルピスはやったことはなくて、少年時代に試してみたかったことです。

変わらないという点では、味覚もまったく変わってないところがある。ギョーザ、カレー、うどんは今も好物。それから、らっきょうも好きで、その食べ方も変わらない。僕の場合、らっきょうは口の中で皮を1枚1枚剥きながら食べます。あと、なめたけの瓶詰めを見るとテンション上がるのも相変わらず。

そういえば、つい最近、雑誌の撮影で久々に「かわいい」と言われた。一瞬、とまどったけど、そのカメラマンは女性を多く撮っている人らしく、いつもの口癖なのかも。そこで感じたのは「かわいい」に抵抗がなくなったこと。10代の頃は嫌だったけど今は「ホント～?」って感じで苦笑しちゃうくらい。まあ、かわいさというか無邪気さはずっと持っていたいかな。分別くさいだけの大人は嫌でしょ。

最近もう一つ、子供時代を思い起こす出来事があった。深夜に家の鍵を持たずに出てしまい、帰ってきてオートロックの玄関の前でコンビニ袋を持ちながら呆然。どうすることもできずに外で三角座りをしていた。こんなの昔、おふくろとケンカして家を追い出されて以来だ。運よくゴルフに出掛ける住人が出てきたのでなんとか家に戻れたけど、新聞屋さんには警戒されるし、いつ入れるかわからないしで、このところ感じたことのなかったしょんぼり感を、約2時間も味わいました。



映画『SP』のオープニングシーン、撮影しました。

西 加奈子×せきしろの短歌上等！

第34回

【今週のお題】

体育館

先輩に　にらまれながら　倒立前転
ああこのマットは　ゴム臭い
光浦

集会と太極拳と投票日
体育館は　きっと不本意
西 加奈子

ボールのはねる音が思ったよりも大きいから
あわてて止めた
せきしろ

今月はオアシズの光浦靖子さんをお迎えして3人で歌会をすることに。まずは「体育館」のお題からスタートです。

＊

光　短歌の（歌人の）穂村弘さんって素敵な方ですよね。

西　いま文化系女子に大人気ですもんね。タイプですか？

光　同じクラスにいたら気になるでしょうね。私、素敵な男子を発掘するのが大好きで。よく見ると美男子だわとか。穂村さんはそういうタイプ。でも、私は絶対にしゃべりかけないし何もしない。で（相方の）大久保（佳代子）さんにオススメしたりする(笑)。

西・せ　あははは(笑)。

光　しかし短歌を詠むのは初めてなもんで、考え始めるとキリがないですね。五七五…

（10分後）よし、できた！

せ　僕もできたぞ。

西　ウチの歌、意味わかる？

せ　どれどれ？　…なるほど。

西　体育館って体育以外のことで使われてるのが可哀想で。少子化で最近は子供が使うことも少なくなってるんかなと。

光　ほー。西さんは優しい人だ。体育館側になって考えるんだね。私なんてただのハコとしか考えてないもの(笑)。

せ　警察もよく使ってるよね。下着とか並べたりしてさ。

西　泥棒の押収品な(笑)。

光　せきしろさんの歌は、高校時代の思い出、ですか？

せ　いや、こないだ選挙で近所の体育館へ行ったんですよ。

西　投票行ったんや。偉い！

せ　いや。投票はしてない。単に、久々に学校の中に入ってみたいなと(笑)。で、体育館へ行ったらボールがあって。思わず触ってみたら…。

光　意外と大きな音が出ちゃって、アワアワ慌てて(笑)。

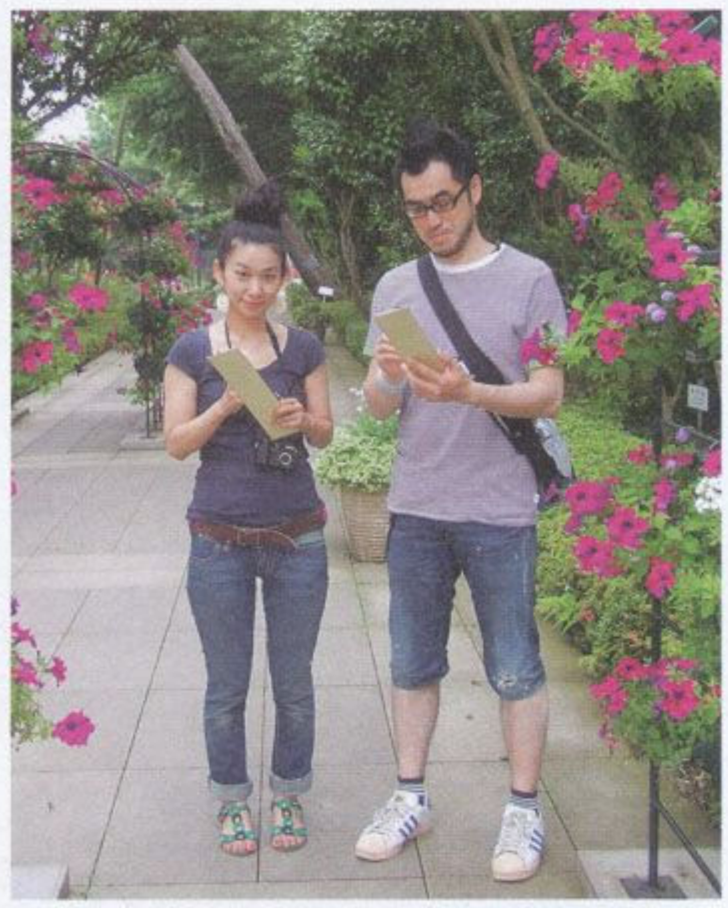
西　ていうか投票しろ(笑)。

せ　光浦さんの歌こそ高校時代の苦い思い出のような…。

西　そうやね。「先輩」という言葉が高校の部活を思わせる。でも「倒立前転」は何の部活？

光　授業中のことかな。実は小学生の時の思い出です。私、体操部に入ってまして。小学生のくせに女子の先輩がスパルタで。倒立前転のやり方を教えてくれないのにやらされて。案の定、背中を強く打ちつけて。マットの匂いを吸い込んでゴム臭い！

西　冷静に匂いを嗅いでるところが笑えますよね(笑)。



西 加奈子
作家。イラン・テヘラン生まれ、大阪育ち。近著に『きりこについて』（角川書店）、『ミッキーたくまし』（筑摩書房）がある。

せきしろ
文筆家。近著に自由律俳句本『カキフライが無いなら来なかった』（幻冬舎）が。10月末には小説『妄想道』（角川書店）刊行予定。

今月のゲスト



光浦靖子さん（オアシズ）
10/16～大久保佳代子劇団第1回公演『尼と耽美』にて、作・演出に初挑戦！　詳細はwww.p-jinriki.com/pc/talent/oasiz/まで。

イラスト・カズモト トモミ　文・新田草子

話題の外貨取引、FXの基本を押さえよう。



少ない元手で大きな金額を動かす、〝てこの原理〟。

ここ数年人気を呼んでいる投資、「FX」。名前は聞いたことがあるという人も多いのでは？　FXは「Foreign Exchange」の略で、日本語では「外国為替保証金取引」などと呼ばれます。これは簡単に言うと、**「保証金」を担保にしてそれより多くの外貨を取引できる投資法。**例えば外貨預金では10万円で10万円分の外貨しか買えませんが、**FXは10万円で100万円分、1000万円分など10倍、100倍の外貨を買うことが可能です。**このしくみを「レバレッジ」といい、保証金の何倍で取引するかによって、「レバレッジ○倍」などと表現されます。

＊＊＊

スワップや、安価な手数料などメリット多数。

このレバレッジがFXの最大の特徴で、利益や損失も同じ比率で生じます。わかりやすく言うと、1米ドル100円の時に10万米ドルを買っていると為替が1円変動すると10万円の損益が出ますが、FXでレバレッジ10倍、100万ドルを取引していた場合は、これがなんと100万円になるというわけです。

また、FXには株や他の外貨商品にはない魅力があるのですが、そのひとつが**「スワップ」**と呼ばれるもの。外貨預金などの金利に近いものですが、驚くことにこれが毎日つくのです。さらにレバレッジが効くのも嬉しいですね。

他にも**手数料が安く、**例えば外貨預金だと1米ドルにつき往復1〜2円が相場なのに対し、FXは数銭。ネットで**24時間取引できる**ことや、**通貨の種類が多い**ことも、FXのメリットといえます。

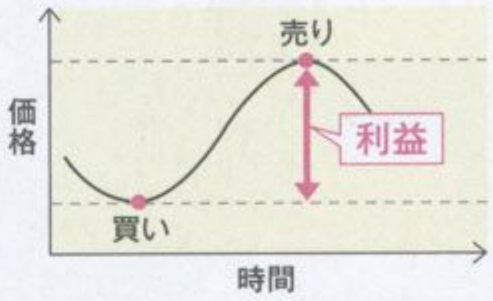
こうして並べると何やらおいしい話ばかりのようですが、**やはり投資である以上、リスクはつきもの。**次回はFXのデメリットや始める場合の注意点、FXの独特のしくみである「ロスカット」などについてお話しします。

■FX基本用語

レバレッジ	保証金に対する、取引金額の倍率を表す。英語で“てこの原理”の意。自分でコントロールでき、業者や証券会社によって上限が違う。
保証金	「証拠金」ともいわれる、担保として預け入れる手持ち資金のこと。最低金額は、取引通貨や扱う業者、証券会社などによって異なる。
スワップ	正しくは「金利差調整額」。日本の金利がゼロに等しい今、このスワップの恩恵を受けるなら、より金利の高い通貨を買うことがポイントに。
ロスカット	保証金が一定ラインを下回ると自動的に起こる決済のこと。保証金以上の損失が出ないように考えられた、FXのメリットともいえるしくみ。

利益が出るしくみ

円高時に買って円安時に売ると利益が出るのは、他の外貨商品と同じ。FXは希望のレートで売り買いできる“指し値注文”も可能。



まとめ
良くも悪くも、FXの真骨頂はレバレッジにあり！

今週の先生



大竹のり子さん
ファイナンシャルプランナー、FPウーマン代表。著書に『ロハスに楽しむFX』（小学館新書）など。
http://www.fpwoman.co.jp/

短期集中講座 第2回
「10月新・連ドラの傾向と対策」

旬のイケメン2人が秋の涼風を運びます。

ライターF　ついに来ましたよ…。8クール連続ドラマ出演の果てに、ついに主役の座を得た向井理くん。『傍聴マニア09』です！

編集M　裁判員制度の話なの？

F　傍聴席にスポットを当てた話です。あのクールな眼差しで裁判の行く末を傍聴する向井くん…その姿を妄想するマニアな私…これぞ略して『傍聴マニア』！

M　鼻息荒いね（笑）。六角精児が傍聴オタクの役ってのがぴったりでいいかも。日テレにはもう一つ、イケメンくんのドラマがあるね。

F　三浦春馬くん主演作『サムライ・ハイスクール』。草食系男子がサムライに変身して世の中の理不尽なことに立ち向かう痛快エンターテインメント、だそうで。

M　その説明じゃわからない（笑）。

F　春馬くんがコメディタッチの役を演じるって新鮮ですよ。イケメンたちが画面の向こうから微笑みかけてくれるなら、秋の夜、独りぼっちでも寂しくありません。



『サムライ・ハイスクール』
10月スタート
日本テレビ系
土曜21時〜

イマドキ草食系男子の冴えない高校生・望月小太郎（三浦春馬）。ところがある古文書を読んで以来、異変が。ピンチになると〝肉食系サムライ〟に変身し、学校で起こる事件を鮮やかに解決していく。



『傍聴マニア09』
10月22日スタート
日本テレビ系
木曜23時58分〜

ふとしたきっかけで傍聴席に座ることになった、フリーターの北森夫（向井理）。小説やワイドショーよりもリアルで、人間の業が渦巻く裁判に病み付きになっていく。出演は南明奈、六角精児ほか。

※このコーナーでは五月女ケイ子さんと筧昌也さんが隔週で連載を担当します。

筧昌也の リモコン日和

第19回
失われた『白い巨塔』第2話を求めて。（後編）

前回の続き。『白い巨塔』第2話が観たくて仕方ない僕は近所のツタヤを諦めて新宿店に。しかし3話以降はあるものの肝心の2話がありません。そこで僕は考えました。新宿まで来たら渋谷も同じだ！　しかし、今後の事も考えてここは冷静に新宿で3〜6話位までは借り、2話だけを渋谷店に賭けてみよう。僕はそんな「大人の機転」を利かせ、山手線に飛び乗りました。

しかし、その賭けには見事に敗北。渋谷店も2話のDVDが全てレンタル中。僕はあまりに悔しくて唐沢寿明にしてやられた石坂浩二の気分で叫びましたよ。「そんなことのために？…そんなことのために！…（わざわざ渋谷まで）」と！（心の中で）

ところがレンタルの神様はまだ僕を見捨てていなかった。DVDが並ぶ棚の隅に形の違うソフトがある！　恐る恐る近づくとそこにはなんと2話の「VHS版」が残っていたのです。それはとても神々しく。「アメイジング・グレイス」が頭の中で奏でられたのは言うまでもありません。こうして僕は2話をVHS、3〜6話はDVD、そして7話から再放送に戻るという偉業をやってのけたのでした。すごいぞ俺！　え？　不毛な動きだって？　はい。これが『不毛地帯』の原作です。





絵と文 **筧昌也**
映画監督。後日談。返却の際、新宿店で借りたDVDを誤って渋谷店の返却BOXに入れてしまい、翌日「新宿店に戻してください」と叱られました（笑）。筧HPはwww.iksite.jp

写真・佐山順丸（クラッカースタジオ） 文・北條尚子

沖縄音楽+テクノの独創的なグルーブ感。新作は様々なボーカル曲が聴きもの。

RYUKYUDISKO



沖縄出身の廣山哲史（左）・陽介（右）による双子テクノバンド。夏フェスのほか、クラブイベント、海外公演でも注目の存在。11月から全国ツアー予定。

個性的なアーティストを輩出している沖縄から登場し、クラブシーンを中心に、幅広いファンを魅了しているツインズ、琉球ディスコ。その個性の源は、沖縄独特のリズムや音階にこだわるスタイル。

「単に沖縄の民謡が好き、ということではなく、一緒に育った家族のようなものだから。カチャーシー（※沖縄の踊り）のノリをテクノに取り入れることは、最初から自然にできていました。いま思えば、誰もやっていなかったのが不思議に思いますね」（哲史さん）

二人が最初に好きになった音楽が、電気グルーヴを筆頭とするテクノ。沖縄音楽+テクノを融合した彼らしいダンス・ミュージックが生まれるのも自然な成り行き。

「トラックを作るときは、とくに相談や決め事もなく、自然に通じ合う感じで、作業していますね。自宅スタジオでコツコツと作っているので、バンドみたいに楽器を持って集まってレコーディング！っていうのが、ときどき羨ましくなりますけど(笑)」（陽介さん）

最新アルバム『pleasure』は、いままでの作品以上に、ボーカルナンバーが充実。新しいアプローチをした楽曲も多数。

「歌ものを多く、もっとポップに…というテーマでデモを作りました。出来上がってみたら、ジャンルにこだわらない、カラフルな音の世界になったと思う。テクノのファンだけでなく、多方面にアピールできる作品ができたかな、という気がします」（哲史さん）

フィーチャリング・シンガーは曽我部恵一、多和田えみ、城南海、iLL（中村弘二exスーパーカー）、MEGほか個性的な顔ぶれ。沖縄民謡のカバーから、大ロック大会の轟音ナンバーまで、二人の音楽性の深さを感じさせる。

「多くの人の力を借りてできた作品。手伝ってくれた方々、聴いてくれる方々全員に感謝の気持ちを込めて『pleasure』というタイトルに。他に〝娯楽〟とか〝趣味〟という意味もあるので、このアルバムが、みんなの新しい娯楽になれば嬉しい」（陽介さん）



『pleasure』¥3,360
(Ki/oon Records)

『pleasure』と併せて聴くとより楽しめる3枚



1 2 3

1 I THINK WE'RE GONNA NEED A BIGGER BOAT／BPA ¥2,000 (avex)「僕らのアイドル、ノーマン・クック（Fatboy Slim）の別プロジェクト。幅広い層が楽しめる異ジャンルの融合ワザが素晴らしい」（陽介さん）

2 DUSTY KID／A RAVER'S DIARY ¥2,678 (Octave)「以前よりもテクノ度が上がり、より緻密になった音作りに、作り手として刺激されます。ミニマルなテクノからカントリー風トラックまで、手の内も豊富」（哲史さん）

3 hi hop／Sawagi ¥1,680 (Colla Disc)「関西ベースのインストバンドで、インスト好きな僕のお気に入りです。ちょっとヘンテコで土着的なサウンドがカッコイイ。とくにシンセの音が印象的で耳に残ります」（哲史さん）

NEW DISK



『THIS IS US』
BACKSTREET BOYS

デビューから、はや10数年。OVER30のメンバーも頑張ってます。

ケータイ音楽配信サービスでJ-POP勢と並び上位に入るなど、幅広い世代に愛される彼ら。2年ぶりの新作は、聴きやすくて適度に甘い"バックス"らしいメロディを、最新のダンス／R&Bサウンドで味付け。続々と出てくる若手アイドルグループがロックスターを目指す中、彼らの需要はますます増えそう。¥2,520（BMG JAPAN）



『UP TO YOU』
MiChi

パワーガール初のALが完成。日本のPOPSはここまで来ました！

これ洋楽？ 日本語の歌詞が出てくるまで、そんなふうに思っても無理はない垢抜けた音。彼女らしいエレクトロなダンスチューン主体の初ALには、アコギがざくざくと鳴る海外ドラマ主題歌「RaiN」など、しっかり歌を聴かせる曲も。去年デビューとは思えない存在感、要注目です。¥3,000（Sony Music Associated Records）

トータス松本のオトコゴコロ



絵と文 **トータス松本**

ソロツアー真っ最中！ 各地で最高のライブが行われています！ 10/9大阪、10/14・15札幌、10/22新潟、10/25・26FINAL東京！詳細は、ulfuls.comへ！

女の人の、好きなしぐさ。きゅんとくるものから笑えるものまでたくさんある。

おれはオトコだから、それらにいちいち幸せな気持ちにさせられる。女性は偉大だ。

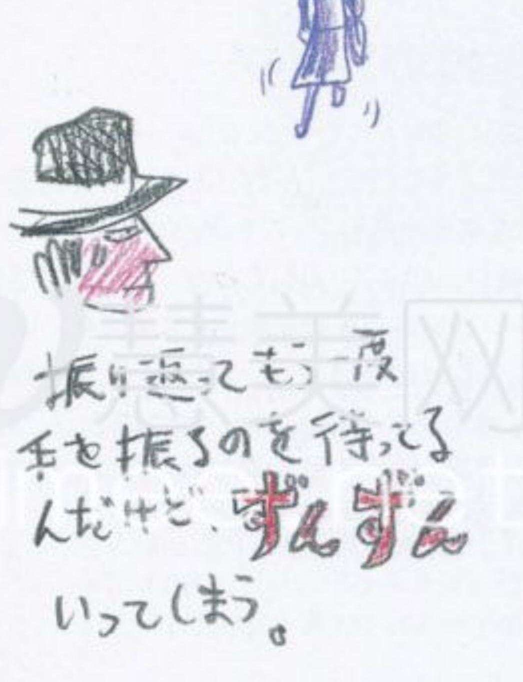
まず、目が合ったら微笑む人。これは基本である。口の端と端をちょっと上向きにひっぱるだけの、あの表情がとても好きだ。

さよならをして、おれはまだ見送っているのに素知らぬ感じでずんずん歩いていく、その後ろ姿が好きだ。本人は見送られてる事を知らないのだろうか。だとしたら逆の、おれが見送られてるパターンもあるのだろうか。

歯ごたえのある食べ物を口いっぱいに頬張って、なおかつ口を閉じてそれを一生懸命噛み砕いている表情が好きだ。唇は閉じてないといけない。

全力疾走したあとの、はぁはぁ言ってる顔もたまらない。セックスと関係あるのかなぁ。何も知らない頃、運動会のリレーのあとの女子のその顔にときめいていた。

目の前の水槽を覗き込むような、前のめりになって、アゴを上げて、それでいて目線は下の、あの顔。あれもいい。そしたらまつ毛は長い方がいいなぁ。目線でもうひとつ。横目の時の、白目はぞくっとくる。白目フェチだから。続きはまた今度。



★10月のテーマ



新米

第1週●渡辺有子さん

ツヤツヤのお米を引き立てる、シンプルなおかずたち。

　お米が大好きで、毎年新米の季節が待ち遠しい、という渡辺さん。「せっかくなので、新米の甘さを味わえるように、比較的薄味なメニューを考えました。カマスのあえものとスープは、シンプルなお醤油味。タコに使ったお酢の風味は、箸休めにぴったり」

　そして主役の白米。おいしい炊き方を伝授してくれました。「お米をといだらざるにあげて水気をきり、その後しっかり吸水させます。鍋は厚手で高さのあるタイプが、米がよく対流するのでいいでしょう。最初は中火で、沸騰したら一度蓋を開けて天地をひっくり返すようにざっとかき回し、すぐ蓋をして、弱火で10分炊きます。炊きあがったら、蓋を取らずに10分程度蒸らすのを忘れずに」



今月のPickup



ごはんがふっくら炊ける、美しい銅のお鍋。

　今月のテーマはお鍋。渡辺さんご自慢の一品は、銅を打ち出したお鍋。「2年くらい前に、ある展覧会で見かけて買いました。奈良の職人さんの手作りだそうです。気に入ったところは形。縦長のお鍋は本当にお米が美味しく炊けます。銅は熱伝導が良く沸騰が早いから、お料理が手早くできる長所も。だんだん味が出てきて、ますます愛着が湧く今日この頃です」

料理研究家。本誌をはじめ、雑誌や広告、CMなどで活躍中。近著に『休日は麺。』（講談社）が。11月には新刊も。

にんじんとタコのごま酢

[材料] にんじん1/2本　ゆでダコ60g　A［白すりごま大さじ3　酢大さじ1　砂糖小さじ1/2　塩少々］

[作り方] ①にんじんは皮をむきスライサーなどで細切りにする。タコは薄くスライスする。②①とAをあえる。

カマスとたくあんのあえもの

[材料] カマス干物1枚　きゅうり1/3本　たくあん6切れ　酒小さじ1/2　醤油小さじ1/2　塩少々

[作り方] ①カマスは焼いて身をほぐす。②きゅうりは小口切りにして塩少々でもむ。たくあんは刻む。③①と水気をしぼったきゅうり、たくあんをあわせ、酒、醤油であえる。

レンコンと豚肉のスープ

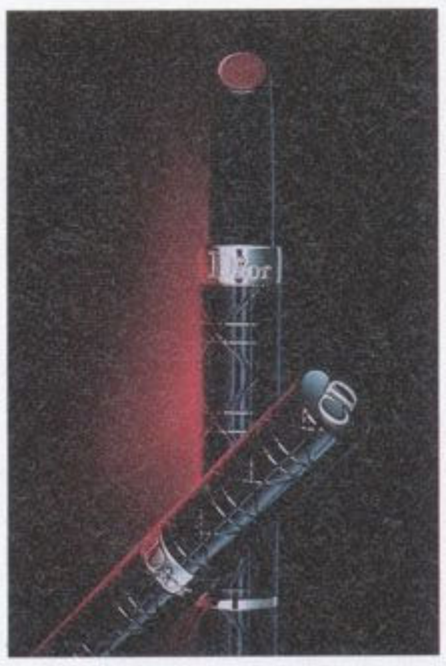
[材料] 豚バラ肉薄切り100g　レンコン120g　しょうが1かけ　かつおだし500ml　酒大さじ1　塩、こしょう各適宜　薄口醤油小さじ1　片栗粉小さじ1　ごま油小さじ2

[作り方] ①豚肉は細かく切って、塩、こしょう、酒の1/3量、片栗粉をまぶす。レンコンは皮をむき粗めにたたいて、酢水にさらしておく。しょうがは千切りに。②鍋にごま油を熱して、しょうが、豚肉、水気をきったレンコンを炒めて、かつおだしと残りの酒を加える。③アクを取り、中火弱にして5分ほど煮て、塩、薄口醤油で味をととのえる。



ハリ・弾力を忘れた肌へ、植物の活力をそそぎこむ、アウェイクの『ハーバル バイタライジング』。

アウェイクの『ハーバル バイタライジング』は、植物のパワーを肌と心にそそぎこむ、そんな発想のデイリーエイジングケアシリーズ。オーガニック認定アロマ=天然香気成分サイプレスオイルを全品に配合。さらにポリフェノールを含む2種のハーブ(保湿成分)による美肌効果で、ハリ・弾力を忘れてしまった肌に多角的にアプローチ。生命力あふれる美肌へと導きます。「ハーバル バイタライジング ジェル クレンズ」120g・¥4,725、「ハーバル バイタライジング クリーム」32g・¥10,500ほか。問アウェイク☎03・3561・6923 http://www.awake.co.jp/



ディオール初の美容液リップスティック、「ルージュ ディオール セラム ドゥ ルージュ」。

ディオールの美容液リップスティック「ルージュ ディオール セラム ドゥ ルージュ」は、従来のリップスティックの10倍(同社比)の美容液成分にエレガントなカラーを織り込み、使うごとに唇を健康に、美しく変えていくスキンケア処方。

ハリと弾力を取り戻し、輪郭のはっきりとした唇、若々しい輝きに満ちた唇がよみがえります。SPF20。レギュラー全6色(ほかに三越特別限定1色・梅田阪急特別限定1色)・各¥4,725。問パルファン・クリスチャン・ディオール カスタマーサービス☎03・3239・0618



Calvin Klein×SEIBUのコラボイベントを、西武有楽町店で開催中!

カルバン・クラインが、西武有楽町店にて10月6日から19日まで、西武百貨店とのコラボイベントを開催中。

オリジナルの香水ボトルのほか、ckのアパレル、ジュエリー、アイウェア、香水など、限定品も発売。

このコラボイベントの期間中、¥20,000以上購入した方先着100名にトートバッグをプレゼントします。

問CK Service Corp., Japan Branch☎03・3470・3458



透明なリップ「オイルモイストリップ」が、唇をとろけるようにうるおします。

艶・保湿効果のある、透明な美容液オイルをスティックに閉じこめた「オイルモイストリップ」。塗った瞬間、美容液オイルがとろけ出し、唇をオイルのベールで包み込み、しっとりなめらかな"ツヤ唇"が持続します。「メンソレータム オイルモイストリップ(メントール)」と「メンソレータム オイルモイストリップ(ノン・メントール)」の2種。各オープン価格。問ロート製薬 お客さま安心サポートデスク☎03・5442・6020 http://www.rohto.co.jp



女性のためのスタイリッシュなインナーイヤーヘッドホン。

日本ビクターから、"URBANE SWEET(洗練された可愛さ)"をコンセプトにしたインナーイヤーヘッドホンが登場。

好みやファッションに合わせて選べる2モデル×6バリエーションを展開。「HP-FXP5」は"レース"と"花"をモチーフにしたエレガントなデザイン。「HP-FXP3」は"チェック柄"と"アニマル柄"をあしらったクールでインパクトのあるデザイン。ファッションアイテムのひとつとしても楽しめるステレオミニヘッドホンです。オープン価格。問日本ビクター お客様ご相談センター☎0120・2828・17



コラーゲンの潤いをつやのヴェールで閉じこめて、もっちり豊潤な唇に。

「メイベリン ウォーター シャイニー ボリューミー グロス」は、唇に触れた瞬間、水分を包み込んで膨らむコラーゲンを配合。包み込んだ水分を逃さず、もっちりと柔らかな潤い感が持続。みずみずしいつやのヴェールがぷっくり立体的な唇を演出します。全5色・各¥945。10月上旬発売。問メイベリン ニューヨーク お客様相談室☎03・6911・8585 http://www.maybelline.co.jp



新技術"Deep Body製法"で、コーヒー本来の香ばしく力強い味わいを実現!

発売10周年を迎える『キリン ファイア』から、コーヒー本来の香ばしく力強い味わいが楽しめる缶コーヒーが登場。「キリン ファイア 火の恵み」(190g缶・¥115ほか)、「キリン ファイア 挽きたて微糖」(リニューアル新発売、190g缶・¥115ほか)、「キリン ファイア ブラック〈手摘み完熟豆〉」(185g缶・¥115ほか)。価格は税別。問キリンビバレッジ お客様相談室☎0120・595955 http://www.beverage.co.jp



「メークアップ コレクション 2009」で、洗練されたグラマラスな美しさへ。

エスティ ローダーのメークの粋を集約した「メークアップ コレクション 2009」。

その質とボリュームは驚くほど。彩り豊かなカラーを15色セットした、華やかな「デラックス アイシャドウ パレット」をはじめ、人気のチークカラー2色とフェースカラー1色、専用ブラシをセットした「デラックス フェース コンパクト 01」や、「ピュア カラー クリスタル シアー リップスティック」4色など、美しさに必要なアイテムをふんだんにセット。さらに、人気のクレンジング ミルク、ゴールドの鏡やトレンドのクロコ調ポーチ、深紅のケースまで付いて¥14,175です。

10月23日より限定発売します。問エスティ ローダー☎03・5251・3386



「サルート」店頭フェアで、オリジナルルームシューズをプレゼント!

ワコール『サルート』は、インナーをもっと自由に愉しんでもらおうと、さまざまなテイストの商品を"大胆なカラー"と"セクシー"なシルエットで提案しているインナーウエアブランド。

10月から、『サルート』店頭フェアを開催しています。フェア期間中に『サルート』の商品を¥25,000以上(税込)購入した方に、『サルート』のモチーフとお揃いのオリジナルルームシューズをプレゼントします。

なくなり次第終了なのでお早めに。一部、フェアを実施しない店舗もあります。

問ワコール/お客様センター☎0120・307・056 http://www.wacoal.co.jp/Salute/



新・総合化粧品ブランド『THREE』が待望のデビュー。

いまを生きる女性が本当に欲しいものを追求した総合化粧品ブランド『THREE』が誕生。

オーガニック原料、国産原料にこだわりながら、全製品に精油を配合。肌、心、体に総合的に働きかけるスキンケアをはじめ、NYのトップメークアップアーティストの感性がつまった、トレンド重視のメイクアップを揃えた充実のラインナップです。

さっそく、伊勢丹新宿店、阪急梅田店でチェックして。

問THREE☎0120・898・003 www.threecosmetics.com

第26回

恋愛も仕事も、豊かに変わる。コミュニケーションをはかってますか。



江原啓之
スピリチュアル・カウンセラー、オペラ歌手。「スピリチュアル・ギフト 幸せのみつけかた」公演開催決定！ 12月10・11日（国立代々木競技場 第一体育館）、31日（大阪城ホール）。㊌サンライズプロモーション東京☎0570・00・3337

仕事が遅くなると、カフェやファミリーレストランなどで食事を摂ることがあるのですが、漏れ聞こえてくる会話にいつも驚いてしまいます。あるとき、友達同士とおぼしき子たちが話をしているのが聞こえてきたのですが、「会話」として成立していなかったことにとにかく驚いてしまいました。聞いていると、まったく脈略のない単語の応酬なのです。「免許の更新が面倒で…」と話しかけているのに、もう一方の子はそれには答えず、「あいつってさあ…」と、いつの間にかまったく別の話になっている。どうして会話のキャッチボールをしないのか、果たしてそれでお互いの想いが伝わっているのかと不思議でなりませんでした。以前から苦言を呈してきたことですが、若い子たちに限らず、最近の人はボキャブラリーが不足しています。「いく?」「する?」「やる?」など、単語だけで話をしているのもよく耳にします。誰と、どこに行くのか? 何をしたいのか? といった具体的なことを会話の中に盛り込んでいかないことには、正しい情報が相手に伝わりませんし、誤解を招きかねません。昨今では、「きちんと伝わるように話しなさい」、「言葉を省略しないで伝えなさい」というふうに、まるで小学校の先生のように指導しなければいけない状況になっているといえるかもしれません。



でも、実はこうした「言葉の乱れ」は、すてきな恋愛をも遠ざけてしまいます。好きな人と話しているのに、それが単語だけのやりとりになってしまったら、秘めた想いを伝えることなどとうていできません。それに、恋愛においては、ダイレクトに伝えるよりも、好意を匂わせるように言葉を紡ぎ、相手に伝えていくことで育っていく関係があると思うのです。

昔、ある映画でこんなシーンが描かれていました。男性が女性に向かってこう告げるのです。「ぼくのこと、好き?」と。すると、女性は、こう答えます。「あら、うぬぼれたいの?」と。いま、こんな話をしても、「え、それってどういう意味?」と思うかもしれませんね。説明するのも粋ではありませんが…、要は、「私もあなたのことが好きですよ」とはっきりと告げるのではなく、暗に認めているやりとりなのです。好きか嫌いかをただダイレクトに伝える以上に、そこに色気があります。会話によるエクスタシーが生まれるのです。

恋愛というのは、お互いの気持ちをはかり合っている間が、一番ときめくもの。「私のこと、どう思っているのかな」と気持ちを知りたいと感じるとき、精一杯、想像力を働かせます。そこでもし、恋情をほのかに匂わせるような会話ができたら、相手だって、察するはずです。「ねえ、私のこと、好き?」なんてダイレクトに聞くよりも、ずっとかわいげのある関係が築けるように思います。こうした会話は、一朝一夕にはできないかもしれません。映画を観たり、本を読んだり、いい音楽を聴いたりして、感受性のアンテナを高め、同時にたくさんの言葉をたくわえておきましょう。

また、恋愛だけではなく、仕事においても、こうした会話力はつきあいや人間関係を円滑にします。たとえば、ちょっと疲れた表情を見せている同僚がいたとします。あなたならなんて声をかけますか? 1：「ちょっと、しっかりやってくださいよ」 2：「大丈夫ですか?」 3：「ご苦労様です。お疲れが出ませんように」。もちろん、ケースバイケースではありますが、1のように、相手を一方的に責めるような口調で話すと、余計に相手を疲れさせてしまいます。仕事ですから、やるべきことはしっかりこなさなくてはなりませんが、疲れている人に対して鞭打つような言い方をするのは思いやりが足りません。一方、2や3は相手を思いやっている心があります。相手の状況を察知して、手を差し伸べようという気持ちが言葉に表れているのです。

言葉づかいひとつ違っても、そこに生まれる関係が変わってきます。エクスタシーを呼びさます「言葉」を使えていますか?

転換の道しるべ
こんな気持ちにさよなら編(2)



運気を好転させるための心がけ、もの、こと…を月替わりで紹介します。

人間の営みをきちんとすれば、力が湧く。

やる気が出ないときに、多くの人は、無理にでも「やる気を出そう!」とします。しかし、悲しいときに、楽しい音楽を聴いたりバカ騒ぎをしてみたり、やみくもに元気になろうとしても悲しみは深くなるばかり…。むしろ、一度大泣きしてみれば、ずっと悲しみは晴れます。それと同じように、しゃにむにやる気を出そうとしても空回りするだけです。

やる気にブレーキをかけているものを外すには、第一に、人間の基本的な営みをきちんとすることです。よく食べよく眠りよく歩く。丹田に力を入れ、緑あふれる場所で深い呼吸をします。そのときに、なぜいま自分はやる気が出ないのだろうと内省してみると、意外な原因が見えるかもしれません。

ジャンプする前には、一度姿勢を低くしたほうが高く飛べます。いまはそのためにしゃがんでいる時期なのだと思えばいいのです。



自然を感じながら歩くだけで、明日からの力の源に。



大人気!
きっと見つかるあなたのスタイル
IMAGE COLLECTION
www.image.ne.jp
レイヤードで着て、秋から冬まで大活躍!
ふんわりシルエットで一枚で着ても様になる!
1枚 or レイヤード?
自在に着こなして
上級カジュアル!
秋らしい5色から選べる
携帯サイトへ今すぐアクセス!
絶対使える旬トップスがこの価格!
各色(税込)
¥990
サイズ展開:S~LL
お届け ご注文後、3~5日でお届けします。全国送料無料。(有効期限2009年12月31日(木)まで)
お支払い 商品お届け後の後払いとなります。
1 振込一括払い 商品に同封してお届けする振込票で商品到着後14日以内にお振込みください。コンビニエンスストアと郵便局がご利用いただけます。
2 クレジットカード支払い 詳しくは、インターネット(ご利用ガイド)をご覧ください。
3 代金引換 商品お届け時に代金をお支払いできます。手数料300円(税込)
返品・交換 ご満足いただけない商品をお届けした場合、商品到着後10日以内であれば、無料で商品の引き取りに伺います。
ご返送方法、無料返品取引サービスについては、商品に同封してお届けする納品請求書をご確認ください。
お問い合わせ先 0120-856-700 受付時間/9時~21時
(株)イマージュ 〒650-8588 神戸市中央区東川崎町1-3-3(神戸ハーバーランドセンタービル7F)
お客様の個人情報について 当社ではお客様の個人情報・当社との取引状況等の情報を、当社及び当社グループ会社の通信販売や店舗販売で使用するほか、お客様により豊かな生活提案を行うため、当社及び当社グループ会社の他の営業のご案内、ならびに当社及び当社グループ会社が認めた会社・団体の「商品」・「サービス」などの案内で使用する場合がございます。予めご了承ください。
JADMA
*無断転載を禁じます。

つけまとラインでこんなに変わる?
スザンヌの愛され“離れ目テク”。

本誌の男性アンケート(P.54)でもセクシーな目元の持ち主として挙がったスザンヌさん。あの印象的な愛され目はどう作られる?
これまでのアイメイクの変遷をお伺いしつつ、つけまとアイラインの一工夫からなる“離れ目メイク”の詳細を解説します!



ふだん顔
まつ毛エクステのみ

EYE make history

つねに微笑んでいるようなスザンヌさんの甘く優しげな目元に女子は憧れ、男子はキュンとしてしまう人が続出中。でも、以前は目にコンプレックスを持っていたというから驚き。

「私の目は縦に大きくなくてそれが嫌だったんです。それで、メイクを始めた高校生の頃は目をとにかくぱっちり大きく! 極太アイラインを上下にガッツリ入れて、さらに白のインライン、ノーズシャドウを入れ、当時流行っていたギャル風の3Dメイクをしていました。お手本はJ・Lo(ジェニファー・ロペス)。昔からハーフ顔って言われていたので、あえてそこに乗っかったんですね。でも、やりすぎて目をつぶっても開いてるように見えました(笑)」

その頃はスッピンになることは考えられず、寝るときもメイクを落とさなかったそう。

「弱点を隠そうとエスカレートしていったんです。高2になった頃、やりすぎメイクを母親に注意されたのと、社会人になってまともなメイクに変わった友達を見て、はっとしたんです。それからは、Wラインを入れてみたり、目尻だけ強調してみたり、アイメイクを研究しました。いろいろ試すことでオーバーな囲み目メイクは、私には逆効果とわかったんです(笑)」

だいぶ改善されたものの、それでも自己流メイクには限界があった。その後、ヘアメイクアップアーティストのCHIHARUさんと出会ったことで、やっと理想の“離れ目”メイクを発見。

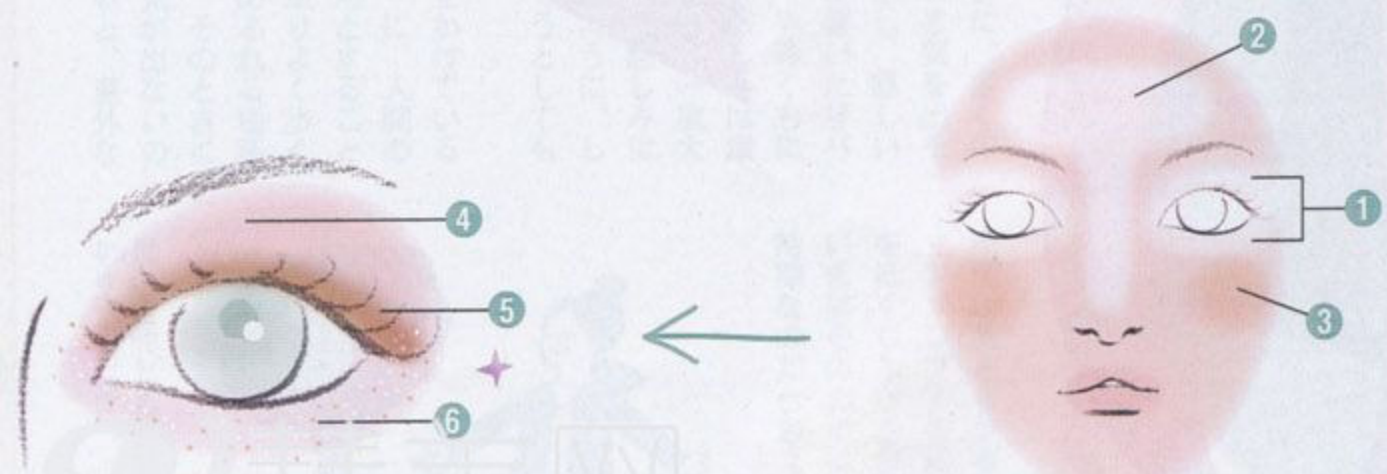
「アイシャドウは肌なじみのいいベージュやブラウンで、ラインもマスカラもブラック。目立つ色は使ってないんです。ポイントはつけまつ毛とアイラインで横幅を中心に強調すること。それだけで自分らしさを生かした大きな目になる。このメイク、本当に好き!」

チークは血色感を加える程度、リップはヌーディとこちらもかなりナチュラル。ハーフ顔の魅力を全開にするのは、垂れ気味のワイドアイに的を絞ったアイメイク。これこそスザンヌメイクの奥義!



3years ago…

東京に出てきたばかりの頃に撮った写真。「まだアイラインを入れすぎていて、かえって目が小さく見えていますね」とスザンヌさん。



ャドウでごく自然な陰影を。

全体にピンクベージュのアイシャドウをのばす。⑤ラインよりやや広めに肌なじみのいいウォームブラウシャドウをつけて陰影をつける。⑥ゴールドラメ入ローベージュのアイシャドウで目頭から下まぶたのを囲み、涙袋を作るように仕上げる。

目元のくすみをなくし、立体感を出す。

①上まぶたから下まぶたまで目の周囲にアイベースをなじませ目元のトーンを均一に整える。②さらにベースをTゾーンにもつけて自然な立体感を出す。③笑ったときに高くなる位置にチークを丸く広めにつけて、アイメイクのバランスをとりやすくする。

PROCESS

まさに愛されメイクと言っていいスザンヌさんのアイメイク。「イメージは隙と甘さのあるベビーフェイス。そこで大事なのは目尻を広げて離れ目にすることです。すると目尻に奥行きができて、それが目を大きくしつつ、とろんとしたような甘さを作るんです」(CHIHARUさん)。詳しい作り方は次の通り。早速、試してみて。





メイクしてくれた人
CHIHARUさん
ヘアメイクアップアーティスト。1年半前からスザンヌさん担当。ナチュラルメイクからシアターメイクまで手がける。

写真・天日恵美子　スタイリスト・おぬま ともこ　イラスト・Chieko Hara (chienoix)　文・鈴木智子

離れ目テク後

Finish 50% *Volume up!*



『クイズ！ヘキサゴンⅡ』（フジテレビ系）などに出演中。初主演映画『いぬばか』が11月21日に公開予定。ブログ「ぶろぐザンス☆」は、http://plaza.rakuten.co.jp/zannsu

レースジレ¥6,825　ピアス¥2,625（共にBarbie☎03・5467・2093）カチューシャ¥8,190（Pray Hotel／ハニーサロン ルミネエスト新宿店☎03・6457・7037）　他は私物



眉テク

目を生かすためのブロウテクニック。

ポイントは眉の存在感を控えめにすること。整え方は、⑬眉山の毛を抜いて山をなだらかに。⑭眉頭の毛を少し抜き、眉間を広くする。⑮眉頭のまぶた寄りの毛を抜いて整え、フラットな眉に仕上げる。メイク法は、⑯ライトブラウンのペンシルで形を整え、ライトブラウンのアイブロウマスカラをつける。



つけまつ毛で目の縦幅と目尻を強調する。

⑩黒目上と目尻につけまつ毛をつける。目尻は3～5㎜程度外側にはみだすようにして。⑪つけまつ毛をつけたのりの上に黒のリキッドライナーをのせ、さらにつけまつ毛とインラインの間もカバーする。⑫上まつ毛にマスカラを何度か重ねてボリュームを出し、下まつ毛にもつける。

目尻にトリプルラインを入れる。

⑦上まぶたの黒目中央から目尻にかけて、まつ毛の間を埋
るように黒いアイライナーを引く。⑧さらに同じ位置のイ
サイドに黒のアイライナーを入れて強調する。⑨⑦のライ
と重なるように、ディーブブラウンのアイシャドウを目尻
三角ゾーンまで入れてぼかす。

本誌おためし隊が全部、使ってみました！
大きな目を作る新作コスメカタログ。

超厳選

女子たちの「目を大きくしたい！」という飽くなき欲求に応えるべく、日々進化しているアイメイクアイテム。そんな秋冬の新作コスメを、編集部のコスメ好きが一挙おためし。選りすぐりの〝デカ目の味方たち〟をご紹介します！

EYE SHADOW

使いやすさ&デカ目効果はもちろん、トレンドもきちんとカバー。さて、あなたはどれを選ぶ？



すごくお気に入り。スモーキーな発色で、今っぽい目元に。ライナーでフレームを締めて完璧！（川端）

ちりばめたまぶたの誘惑。の存在感は誰にも負けない！

んだパープルがノスタルジック。バィボックスつき！　ポール&ジョーカラー キット Ｉ 001￥7,140 限定（ポール&ジョー ボーテ）



純粋さの中に秘めた知性。女子アナみたいな魔性EYEに。

上質の光沢感が織りなすベージュ系で、深いまなざしに。コスメデコルテ マジーデコ シャドウ ブリリアンス Ⅱ DC025 ￥5,775（コスメデコルテ）

5色入りでお得感満点！　しかもどれも使える色。チップとブラシ両方ついているのも便利。（中山）



生命力あふれる鮮やかな色彩。自然と笑顔までキラキラ輝く！

左・深みのあるオリーブ。アイライナーっぽくも使えるM495。右・そよ風のようなグリーンM535。プレスド アイシャドー各￥2,415（シュウ ウエムラ）

ベーシックカラーのマンネリはこのカラフルカラーで脱却。フォークロア調の服にも相性◎。（中山）



元に秋を呼び込んくれる3色。とく、A-17が本物ののまたたきみたいキレイ！（中山）

多彩なラメがミステリアス。甘いワナはまぶたで仕掛けて。

右から、シャンパンカラーA-13、赤みブラウンA-17、パープルA-16。マリークヮント アイオープナー各￥1,260（マリークヮント コスメチックス ジャパン）

レイなお姉さんになる！下男子ウケNo.1の優しい色。

しいコーラルオレンジ&キリリとしたルーのギャップがたまらない。アルビ エクシア AL アイカラー インプレション 10￥6,300（アルビオン）



エクシア大好き。ホント、品[illegible]あるまなざしに[illegible]。桃のよ[illegible]い香[illegible]ウットリ（安田）



宝石がちりばめられたよう。アフターファイブに、ちゃちゃっと重ねるだけで特別感が出る☆（川端）

下まぶたに重ねてマジック☆瞳にキラリお星さまが出現。

右・高輝度パール65％配合のゴールドGD、左・締め色にも使えるブロンズBR。メイクマニア スパークルグリッター各￥924（B&Cラボラトリーズ）

新商品おためし委員会

左・川端寿子（編集）
奥二重でシャドウが目立ちにくいのが悩み。カラーものでインパクトを出すのがブーム。

中・中山さんご（編集）
メイクするとケバくなりがち。マスカラは繊細にまつ毛を上下に伸ばすタイプが好き。

右・安田光絵（美容ライター）
目の幅が短くつぶら。憧れの切れ長セクシーEYEを目指し、目尻のハネラインを研究中。



写真・長沼GaKU（物）　山口徹花（人）　文・安田光絵



大人ブランドならではの
控えめなパール感が新鮮!

洗練されたベージュとゴールドで、佇まいの美しい大人の女性に。しっとり質感もまぶたに心地いい。スック ブレンド アイシャドウ EX-03￥7,140（SUQQU）

上品な光感で、派手になりすぎずナチュラルに目を大きく。彼ママへの挨拶時に使いたい。（安田）



ロックスタイルにハマりそうなメタリックカラーが旬♪　0Gは、秋冬らしい温かみが◎。（中山）

目元に深い奥行きと立体感。
見つめられたらノックアウト!

下・アメジストのような色96。左上・柔らかいアンバー0G。右上・グレーにラメがたっぷりな0L。ピュア カラー アイシャドウ各￥3,150（エスティ ローダー）

中山's Best Eye Shadow
パッと見の色の配置が美しい！　ピンクとグリーンが好きなので、その組み合わせにキュン☆（中山）



クリスタルラメがキラッキラ!
こぼれ落ちるようなうるみ感。

右から、ミステリアスなパープル02、クリスタルピンク01、エメラルドグリーン03。アナ スイ グリッター カラー各￥2,625（アナ スイ コスメティックス）



こういうグリッター系シャドウ、ファンデがヨレることがあるけど、コレはぴたっと密着！（安田）

世界基準の美女のような
極上の吸引力を宿す目元に。

モードとフェミニンが同居した、クール&ラブリーな組み合わせ。澄んだグリーンとピンクが深いまなざしを演出。レ キャトル オンブル 16￥7,245（シャネル）



他にはない濡れ感。自分でつけておきながらセクシーです。メイク崩れしないのもスゴイ。（安田）

なまめかしい濡れまぶたに
デートの申し込みが殺到!?

重厚感のあるブロンズ。しっとりテクスチャーでスルッとなじむ。SHISEIDO ルミナイジング サテンアイカラー RD703￥3,150（資生堂インターナショナル）

思わずキスしたくなる♥
スイートなモテカラー。

ピュアなシアー感と、クリスタルのようなきらめき。女の子らしいピンク。ジルスチュアート セダクティヴ アイズ￥5,250（ジルスチュアート ビューティ）



初回デートは絶対ジル（笑）。下まぶたにのせると、絶妙な大きさのラメがうるみ目を演出。（安田）



ラメの入り方が、多すぎず少なすぎず絶妙！　右下のグリーンを幅広めに入れると知的に。（中山）

ベージュ＋ブルーのグラデで
強力インパクトを与える。

光のニュアンスを楽しむ、遊び心のあるカラーバリエ。温かみのあるベージュ。サティシエ ソフトフィール アイシャドウ SS-10￥3,990（CPコスメティクス）

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。



二重幅にしっかり入れれば強い目元、アイホールにぼかせばモードっぽいニュアンスに。（安田）

ッとするパープルで
ッキリとした輪郭が完成。

した気配を与えるシックなプラム。ままの発色が、まぶたの上で変わら実現する。ナーズ デュオアイシャ 3068 ¥4,410（ナーズ ジャパン）



シルキーな質感に魅せられておしゃれアンテナが作動する！

右から、深いパープルの24、ネイビーの21、ゴールドブラウンの32。ジョルジオ アルマーニ マエストロ アイシャドウ各¥3,990（ジョルジオ アルマーニ コスメティックス）

まぶたにのせると透明感が出てセンシュアルな雰囲気に。32は、シャドウのベースに大活躍！（川端）



このグレーとシルバーのグラデーション、すごい！　まるで光のシャワーがかかったよう。（川端）

ひんやりと冷たいシルバーで抜け感のあるモードな目元。

ピュアに発色するシルバーグレーとブラック＆ホワイトパールで、程よいモード感に仕上がる。ケイト ディープトラップアイズ BK-1 ¥1,680（カネボウ化粧品）



たおやかなピンクを褐色で締めることで、奥ゆかしさの中にもエネルギーが満ちた表情に！（安田）

影、光、色で魅せる！凛とした都会的な表情に。

女性らしさを引き出すピンクパープル。付属ブラシの毛も柔らかくて使いやすい。ポーラ ミュゼル フルデザイニングアイカラー PU02 ¥4,200（ポーラ）

獲物は捕らえたら逃さない！野性美を引き出すオレンジ。

ナチュラルで温かみのあるオレンジに、豊かな大地の土を思わせるブラウン。オンブル デュオ ルミエール 23 ¥5,565（イヴ・サンローラン・パルファン）



ヤボったくなりがちなナチュラル系メイクも、こんな垢ぬけオレンジなら洗練されて見える。（安田）



グラデーションの最後に、上まぶたの中央にゴールドをのせると、女っぷりがアップ！（安田）

明感と繊細な輝きで
ルンとうるんだチワワ目に。

に溶け込むようなグラデーション。ブンズとゴールドのセット。落ちにくい方なのも嬉しい。ブルジョワ スモーキーアイズ 02 ¥2,100（ブルジョワ）

安田's Best Eye Shadow

ただ重ねるだけでグラデが自然に溶け込む。光感も色の組み合わせも絶妙。ありそうでない！（安田）





ふわりとした質感がまぶたに心地いい。主張しすぎないソフトなパール感もエレガントで◎。（安田）

使う度にまぶたイキイキ！ミネラル配合のアイシャドウ。

純度の高いミネラルで作られたパウダー。肌に負担が少ないので安心。ネーチャーズミネラルズ アイカラー 09 ¥1,890 限定発売（ザ・ボディショップ）

シルキーに光るふわり茶色は、つけるだけで女子力UP！

スルルとなめらかになじんで、濡れたようなまぶたに。万人ウケベージュ。ラヴーシュカ ライトミックスアイズ BR-1 ¥1,680＊編集部調べ（カネボウ化粧品）

EYE SHADOW



グリーン好きにはたまらない色み。他の人に差をつけたい、個性派デカ目を目指す人はゼヒ。(中山)

目元に抗えない強さと躍動感。ハッピーオーラが湧き上がる!

パッキリしたグリーンがキュート。ブライトヴェイルパウダーが、まぶたのくすみを取って、目元全体を明るくする。アイカラーデュオ 1 ¥2,940 (イプサ)



川端's Best Eye Shadow

使うのが難しいブラックでも、ラメが入っているから強くなりすぎない。すごく上品な印象に。(川端)

瞳を強調するブラックで、黒目がひと回り大きくなる!

夜空のような深いブラックに、星のごとく輝くシルバーラメのグリッターが散る。アン クルール 086 ¥3,570 (パルファン・クリスチャン・ディオール)



クリアなキラキラ感がフレッシュ! 明色はまぶたのくすみを取ってくれるからベースにも。(川端)

艶やかに色めいてドキッ! 秋を彩る官能的なまぶたに。

右・チョコ色に多彩なホログラム入りのBR-72。左・大粒のラメが存在感↑のBZ-04。コフレドール アイカラー各¥1,050＊編集部調べ (カネボウ化粧品)



ニュアンスの違うグリーンが3色。そのときの気分次第で使い分けられるのが嬉しい! (中山)

これまで挑戦できなかったモードな目元でイメチェン!

透明感を併せ持つ青みグリーン。深緑ラインは白目を美しく見せてくれる。アイグラデーション カラーズ アイビー ターコイズ¥4,725 (マックス ファクター)



使える色が5色も大集合でワクワク♪ 落ちにくい処方だから、ジムに行くときにも活躍! (安田)

最強ワイドなアーモンドEYEはこのベージュ系5色で決まり!

ゴージャスで魅力的な目元に仕上げるブラウンゴールド。バツグンの密着感。ファシオ グロッシーレイヤードアイズ BR-2 ¥1,575 (コーセーコスメニエンス)



誰でも使いやすいハズレなしの4色。チップが細くて、締め色をキワに入れるのがラク! (中山)

優美な大和撫子顔が完成。はんなり着物が着たくなる。

日本女性の肌になじむように作られたカラーバリエ。フェミニンなピンク。アユーラ オーラフィールシャドー PK02 ¥3,990 (アユーラ ラボラトリーズ)

新商品おためし委員会の座談会

デカ目効果は常識。あとは、色と光で目元オーラを宿して。

今年の秋新色は、モードなものから、女子キブンを高めるフェミニンカラーまでが勢ぞろい。

安田 今季のパレットはどれも優秀。単純に色を重ねていけば、プロ並みのグラデで、目の大きさ2倍は当たり前になってる。

川端 そうだね。とくにケイトのグレーのパレットには脱帽。奥二重の私でも、メリハリのある濃淡外国人顔になるのよ!

中山 ラメの質もどんどん良くなってる。目の中に入ってイタタってことがなくなった。

川端 メイクマニアのラメもかなり使える。徹夜明けで死に顔のとき、まぶたに重ねるだけで気分がアガる!

中山 それはグッドアイデア。さっそく試してみようっと!

川端 今年はモードなメイクにも挑戦したい。ブラックとかスモーキーなカラーでも、ラメやパールが入っているおかげで重くなりすぎないのが嬉しい。

安田 私はモードがニガテだけど、ディオールのブラックを使ってみたら、'80sテイストに目覚めた(笑)。新たな自分メイクの可能性を見つけた感じ。



上下の目尻に締め色をのばして、タレ目風♪

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。



ワザと伏し目にしたくなる、セクシーキュートな赤ライン。

カラーパールが光の角度できらめく。コシのある筆で描きやすい。マジョリカ マジョルカ パーフェクトオートマティックライナー RD605￥1,260（資生堂）

川端's Best Eyeliner

隠れた名品。モノトーン服のスパイスになるし、ちゃんとメイクしてる感がアピールできる。（川端）



とくにラメ入りの方が絶品。強くなりがちなアイラインにキュートな要素を注入してくれる。（中山）

ブルーに光のコントラストで神秘的なフェアリーアイズ☆

濃密ダークカラーと輝度の高いシャイニングカラーがセット。肌当たりなめらか。ルナソル コントラスティングWアイライナー 03￥2,625（カネボウ化粧品）

ふっくら盛りラインで、目元にグラマラスな迫力を。

目のフレームを強調する濃いブラック。汗や涙に強いけれど、ぬるま湯でラクに落とせる。ペインティングライナー ブラック￥2,730（シュウ ウエムラ）



スルスルーッと滑るようになめらかなラインが描ける。筆の細さとコシもさすがシュウ！（川端）

EYE LINER

目を2倍3倍に大きくするのに欠かせないアイテムがアイライナー。質感や色で、さまざまな表情を楽しんで。

密な発色で、妖艶な色香。
イコンタクトもバッチリ！

ちにくく、描いたラインを長時間キー
、使いやすい繰り出し式。ラヴーシュ
パワー〔ミ〕リーアイライナー BK-1
1,050＊編集部調べ（カネボウ化粧品）



[illegible]よい硬さの芯が、常に一定の太さで繰り出される。くっきりとしたブラックが輪郭を主張。（安田）



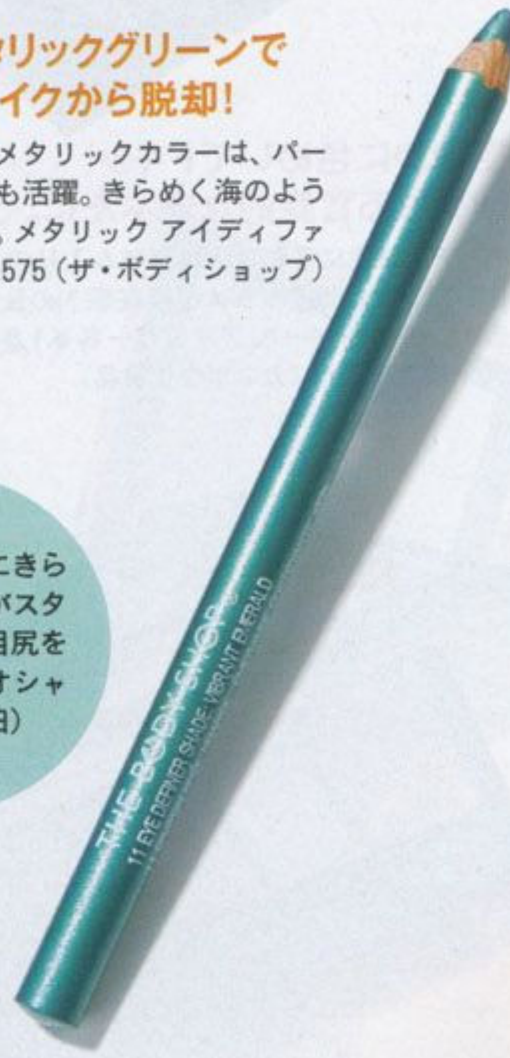
切れ長風のラインのハネがピンッとブレなく作れる筆先に拍手！ 乾きが早いのも優秀。（安田）

ゴージャスリッチな目線でお目当てのカレを魅了する。

コシのある安定した筆先で、目尻のハネラインもラクラク。ブルーラメ入りで魅惑のうるみ目に。ゴージャスクイーン アイライナー￥1,575（フリップフラップ）

新鮮なメタリックグリーンでマンネリメイクから脱却！

まばゆく輝くメタリックカラーは、パーティシーンにも活躍。きらめく海のようなエメラルド。メタリック アイディファイナー 11￥1,575（ザ・ボディショップ）



グリーンの中にきらめくゴールドがスタイリッシュ。目尻を長めに引くとオシャレ感UP。（安田）

この便利さ、一生手放せない！タトゥー並みの仕上がり!?

3本に分かれた筆先で、まつ毛の隙間も楽に埋められる。短時間で仕上がるので朝のメイクに。ケイト フレーム インパクトマーカー￥1,155（カネボウ化粧品）



中山's Best Eyeliner

画期的なデザインに降伏です。テクいらずでバッチリと隙間の隠れラインが引ける優れモノ。（中山）

基本の一本に選びたい。ライナーの長所をすべて網羅。

クリーミーな芯が肌に密着。彫りが深くなったような陰影が。SHISEIDO スムージング アイライナー ペンシル BK901￥2,310（資生堂インターナショナル）



軟らかいのにベットリ[illegible]かず、落ちにくい。ライン嫌いも、ライン好きに変えるほどの威力。（安田）



リキッドが苦手な私でもブレずに引ける。モチも良く、一日中外出しても崩れませんでした。（中山）

一途な茶ラインがスルスルと テクニックなしで描ける。

平筆で、手元がブレてもギザギザにならない。コシの強さも理想的。オーブ クチュール デザイニング リキッド アイライナー BR712￥3,150（花王ソフィーナ）



細く描いたり、ぼかしたり、シャドウとしてなどマルチに使える。チップも使いやすい。（川端）

つぶらな小粒EYEも隠しラインでさりげにデカ目！

細かい部分もしっかり描ける繰り出しタイプ。仕上げに付属のチップでぼかせばナチュラルに。THREE インテンス ファイン アイライナー¥3,360（THREE）

女優のような風格さえ漂う、ドラマティックなまなざしに。

マットと光沢、2タイプのグリーンがセット。華やかでいてモダンな印象に。ラ リンニュ ドゥ シャネル セラドン-ラメ ¥6,930 限定発売（シャネル）



さすがはシャネル！ポイントに使うだけで、極上のラグジュアリー感漂う目元になる。（川端）



色っぽいキャッツアイでシャイな年下男子を刺激する。

パンチのある発色で目元の存在感が際立つ。シャドウ使いもOK。右から、グリースペイント スティック バイオレット、ブルー各¥2,940 限定発売（M・A・C）

深みのあるブルーとバイオレットで、スパイみたいな、セクシーでかっこいい女になれそう。（中山）



上質なベルベットの輝き。あえて色を消したまぶたにのせて、ボルドーの赤みを楽しみたい。（安田）

エロスを醸す艶ラインで忘れられない印象を残す。

クラシカルなボルドーは、ベージュのシャドウと好相性。メイベリン アイステュディオ クリーミィ ジェル ライナー S09 ¥1,260（メイベリン ニューヨーク）



安田's Best Eyeliner
今まで使ったリキッドライナーで一番好きかも。とにかく描きやすい。それでこの値段はラブ。（安田）

初心者OKな描きやすさで、憧れの小悪魔ラインも美しく。

極細筆で、まぶたのキワのラインもスルリ。ウォータープルーフで、泣いても大丈夫！ グランサンボン エクストラ キープ アイライナー 01 ¥1,260（クオレ）

大人の囲みラインに最適な細め繰り出し式ライナー。

スモーキーアイのベースに最適な深い黒。保湿成分配合でまぶたにやさしい。アディクション アイライナー ペンシル 01 ¥2,625（アディクション）



まったく力を入れずに色づくから、繊細な粘膜部分も痛くない。まつ毛まで濃く見える！（安田）



チャコールがかったブラックで、一本で、アウトラインも、ハネ上げもインサイドもお任せ☆（中山）

とろけるようなテクスチャー。描く度、女の本能が目覚める

滑るようになめらかな芯で、細いラインから太いラインまでカンタンに描ける。チップつき。クリーミー アイ ペンシル 02 ¥3,150（ボビイ ブラウン）

新商品おためし委員会の座談会

筆のコシ、芯の硬さブレない安定性が目の大きさを左右する。

目のフレームをクッキリと際立たせ、整形級のデカ目効果をもたらすアイライナー。ここで妥協していたらデカ目はなし！

中山 突然だけど、ケイトの三つまたライナー、まつ毛の隙間が全部埋められる！ 今まで苦労していたのがウソみたい。

川端 コレは出たとき斬新でビックリした。まつ毛の隙間とかキワってちょっと手が滑るとコワいじゃない。だから、いかにブレずに色づけできるかがカギ。

安田 今回のペンシルライナーは、どれも芯の硬さが絶妙。程よく軟らかで、崩れもなくて、粘膜部分も安心して描ける。

中山 M・A・Cとか、ザ・ボディショップのメタリックな感じも好き。コレをメイクにプラスするだけで上級者っぽくなるの。

川端 マジョリカ マジョルカの赤も、家宝にしたいくらい！

中山 分かる分かる！ 好き。

川端 目尻からチラリとのぞくだけで、女の色気がにじみ出る感じ。このときは、ちょっとハネ上げを大胆に描いちゃう[illegible]。

安田 目をワイドに広げるためにも、目尻のハネ上げは重要！



ラインは丁寧かつ大胆に引いて左右に拡大！



まつ毛にゴールドの隠し味。
ばたきの度に、瞳がうるむ。

ールと長さをブラックのマスカラで出 ゴールドでアクセント。イイ女ニュ ンスが。ル・デュウ No.12 ブラック¥ 45 11/6限定発売（ゲラン）

ブラック×ゴールド で、プチゴージャス に。近寄っ たとき に分かるほのかな輝 きがニクい！（中山）



最強兵器がタッグを組んで
貧弱なまつ毛を助ける！

右・マスカラが濃くつく。ケイト マスカラベース A¥1,260　左・目尻に黒さを密集。同フレームインパクト ボリュームマスカラ¥1,575（カネボウ化粧品）

この下地を使うのと使わないのとではボリュームが雲泥の差。マスカラ1度塗りでも十分。（安田）



まつ毛から大胆に花開く。
淑女から女豹に変わる快楽。

短めで密集しているブラシが、産毛も逃さず密着。つけた後の毛も柔らか。ラッシュ クイーン フェリン ブラック EX WP01¥4,410（ヘレナ ルビンスタイン）

中山's Best Mascara
ラッシュ クイーンはずっと好きなライン。前よりツヤがUP。まつ毛をグイッと引き上げられる！（中山）

のボリュームとカール力。
こから見てもパーフェクト。

み」のあるフィルムで、理想のボリュ ムに。お湯でカンタンに落とせるのに ンダ目にならない♪　デジャヴ ラッ ュノックアウト¥1,575（イミュ）



安田's Best Mascara
一度使ってから毎日コレ。ブラシを数回往復させただけで、ふさふさの“羽根”に。リピ買い決定。（安田）

重ねる度にグングン伸びる。
ディープな青に酔いしれて。

細くて細かい繊維がたっぷりのベースが超優秀。夜空を思わせるノスタルジックなブルー。RMK エクストラ ディープ W マスカラ 03¥4,200（RMK Division）



なんと、ベースも青だからマスカラの色となじみやすい。カラーマスカラの可愛さを再確認。（川端）

MASCARA

目ヂカラを底上げするのがマスカラ。
ボリューム、長さ、カール力。
すべて備えた秀逸アイテムが勢ぞろい♪

頬に落としたまつ毛の影が、
密やかな今夜の駆け引き。

液がダイナミックにつき、2重構造のブラシが扇形にセパレート。アイズ トゥ キル ＃01¥4,410（ジョルジオ アルマーニ コスメティックス）

漆黒がまぶたの色まで引き立ててくれる。ずっしり重みのあるボトルの高級感はジュエリー級。（安田）





ラーゲン効果でボンッ!
つ毛、一気にボリューミー。

容性コラーゲンに、ヒアルロン酸など 配合。約12%つ毛ボリュームが ルウルトラ ボリューム コラ ゲン 01¥680（ロレアル パリ）

思っていた以上にコラーゲン効果が絶大。ハリと弾力のある、圧巻のまつ毛にしてくれる。（川端）

攻撃的、ときに繊細。
余裕を感じるオトナのまつ毛。

つけた瞬間、扇形にパラパラと広がる。急いで塗ってもダマにならない！　パーフェクト フィニッシュ マスカラ 05¥3,675（ソニア リキエル）



ツヤのある濃厚な液が、しっかり密着！ダマにならずに、上品な太さがきちんと出ます。（中山）



長さと濃密感で目をサイズアップ。根元までしっかりついて、ライン効果も期待できる。（川端）

しなやかなカールにドキッ。横顔でホレさせる女に昇格。

カールをしっかり一日中キープ。すっきり上向きまつ毛に仕上げるブラウン。SHISEIDO パーフェクトマスカラ BR602 ¥3,990（資生堂インターナショナル）

ひと塗りで驚愕のため息。整形級のデカ目効果を叶える。

まつ毛ふっくら。コラーゲン入り。メイベリン ボリューム エクスプレス マグナム ウォータープルーフ 01 ¥1,260 11月中旬発売（メイベリン ニューヨーク）



川端's Best Mascara

"メガスプーン"がどんどんまつ毛をすくいとって、エクステしたてのようなボリュームに。（川端）



トゲトゲで埋め尽くされたゴツめブラシから「絶対一本も逃さないわよ！」という気迫が。（中山）

エクステ並みの重厚感で、目ヂカラをグンと底上げ。

ブラシとコームが一本に。液を塗って、とかす作業が一度に！　レブロン ダブル ツイスト マスカラ ウォータープルーフ ¥1,260 11/13発売（レブロン）



ボリュームもカール力もスゴイ！　楕円形の持ち手も超優秀で、マスカラの進化を実感。（安田）

ぱっちりクルンな姫まつ毛に兄キャラ男子もメロメロ♪

植物由来のワックス＆ファイバーが、まつ毛全体に立体感を与える。ハッとするようなブルー。マスカラ ワンダー パーフェクト 03 ¥4,200（クラランス）



軽く1回押し当てるだけで、液がまつ毛にぴしっと密着！　延毛効果にも期待しちゃいます♪（中山）

振動ワザでまつ毛を育成する。未来型パワフル電動下地。

毎分7000回のミクロ振動マッサージ効果で、液を絡ませながら抜け毛まで防ぐ。養毛成分も配合。オシィラシオン パワーブースター ¥4,725（ランコム）

根元は太く、毛先はピンと長く。美しいメリハリにうっとり！

繊維をふんだんに配合。毛髪修復保護成分入りで、まつ毛の傷みも修復。ミュウプロオンステージ マスカラ〈ボリュームプラス〉¥1,890（エム・アイ・シー）



一回塗っただけで、即ボリュームアップ！　たっぷりファイバーが、驚くほど長さを出す。（中山）



ブラシの小回りの利き方にキュンキュンくる♥　平坦な日本人の目元に合っている気が！（川端）

この丸型ブラシさえあれば、隠れた細まつ毛も救出可能!

地球初の球体ブラシが、まつ毛に太さ、ハリを与えて瞬時にボリュームアップ。フェノメン・アイズ・エクステンション 1 ¥4,410（パルファム ジバンシイ）

新商品おためし委員会の座談会

甲乙つけがたき、怒涛のマスカラ合戦。効果はエクステ級！

川端　どこまでいくのか、マスカラの進化！　昔はボリュームが出てもダマになったり、繊細だけど濃密さが足りなかったり、どこか不満があったけど、今のはパーフェクト。

安田　10年前にメイベリンのダイヤルマスカラで、ダイヤルをマックス10に合わせてヒジキまつ毛にしていた頃が懐かしい…。

川端　そのメイベリンの新マスカラ、革命的としか言いようがない。友達に、「あれ、エクステしたの？」って聞かれたし。

中山　私も試した。圧倒的なボリューム力だよね。あと、発売以来愛用しているのがヘレナのフェリン ブラック。長さとボリュームは出しながら360度に広がってくれる。

安田　私は、ぬるま湯で落としたいんだけど、デジャヴのラッシュノックアウトがすごかった。昇天モノのまつ毛3割増し。でも、クレンジングいらず♪

川端　今秋、RMKのブルーを使ってカラーマスカラに目覚めた。光の角度でブルーにきらめいて、黒目の中に少女マンガ級の星が！　女っぷりがアガる！



女の色香は美まつ毛から。一本逃さずキャッチ！

 このページで紹介した商品の問い合わせ先はP.92に掲載しています。



「150%大きな目になる、魔法のアイメイク」特集

掲載商品のお問い合わせ先リスト

RMK Division☎0120•988•271
アヴェニュー六本木クリニック☎0120•766•639
アディクション☎03•3273•2979
アナ スイ コスメティックス☎0120•735•559
アユーラ ラボラトリーズ☎0120•090•030
アルビオン☎0120•114•225
イヴ・サンローラン・パルファン、イヴ・サンローラン・ボーテ
☎0120•006•912
井田ラボラトリーズ☎03•3260•0671
イプサ☎0120•523•543
イミュ☎0120•371367
エスティ ローダー☎03•5251•3386
エスト☎03•5630•5040
エテュセ☎0120•074317
エム・アイ・シー☎0120•041•479
オバジ☎03•5442•6098
花王☎03•5630•5090
花王ソフィーナ☎03•5630•5040
カネボウ化粧品☎0120•518•520
クオレ☎0120•123•900
クラランス☎03•3470•8545
ゲラン☎0120•140•677
コージー本舗☎03•3842•0226
コーセー☎03•3273•1675
コーセーコスメニエンス☎03•3273•1538
コスメデコルテ☎03•3273•1676
ザ・ボディショップ☎03•5215•6160
CPコスメティクス☎03•5462•1761
資生堂、資生堂インターナショナル☎0120•81•4710
シャネル（香水・化粧品）☎0120•52•5519
シャンティ☎03•5212•3761
シュウ ウエムラ☎03•6911•8560
ジョルジオ アルマーニ コスメティックス☎03•6911•8411
ジョンソン・アンド・ジョンソン☎0120•132•308
ジルスチュアート ビューティ☎03•3273•1631
シロノクリニック☎0120•11•4422
SUQQU☎0120•988•761
THREE☎0120•898•003
ソニア リキエル☎0120•074•064
チバビジョン☎0120•389•103
DHC☎0120•333•906
常盤薬品工業☎0120•081•937
ナーズ ジャパン☎0120•356•686
パルファム ジバンシイ☎03•3264•3941
パルファン・クリスチャン・ディオール☎03•3239•0618
B&Cラボラトリーズ☎03•5462•1762
フリップフラップ☎0120•019•002
ブルジョワ☎0120•791•017
ヘレナ ルビンスタイン☎03•6911•8287
ポーラ☎0120•117111
ポール&ジョー ボーテ☎0120•766•996
ボビイ ブラウン☎03•5251•3485
M•A•C／メイクアップ アート コスメティックス☎03•5251•3541
マックス ファクター☎0120•021325
マリークヮント コスメチックス ジャパン☎0120•53•9810
メイベリン ニューヨーク☎03•6911•8585
ランコム☎03•6911•8151
レブロン☎0120•803•117
ロージーローザ☎03•5212•3766
ロート製薬☎03•5442•6020
ロレアル パリ☎03•6911•8483

悩みの尽きない毎日だけど…

キラキラと輝いて、ハッピーな私になる！

なんとなく調子悪いのは
いろいろ**溜まってる**から？

仕事に彼氏にファッションにカルチャーに……何かとストレスフルな私の毎日。
そんな私たちの毎日をしっかりとサポートしてくれる注目のアイテムが登場。
毎日に「ピルクルLife＋」をプラスするだけで、きっと何かが変わるはず！

忙しくて不規則だから
おなかの調子が気になる！

「ピルクルLife＋」で
内側から輝いて、
毎日をハッピーに！

季節の変わり目には、
肌荒れが気になる！

外見だけじゃなくて、
内面も磨かなきゃ！

悩みの尽きない毎日を、ハッピーな毎日に変える！

仕事や趣味などで忙しく充実した毎日も楽しいけれど、まったり、ほっこりの時間だって捨てがたい。とくに欲張りってわけじゃないと思うけど、私たちの毎日に、何かと悩みは尽きないもの。

そんな私にぴったりなのが、飲みきりサイズ200mlの乳酸菌飲料「ピルクルLife＋」。いつでも手軽に飲めるちょうどいいサイズで、カロリーオフのすっきりしたおいしさ。エコで飲みやすい紙パックというのも嬉しいところ。オナカに優しい乳酸菌を生きたまましっかり腸まで届けてくれるから、身体の内側からキラキラと輝いてくるみたい！

これはもう、私たちのマストアイテムに決定間違いなし。いつでもどこでも、毎日の暮らしに「ピルクルLife＋」をプラスして、もっとハッピーな私を手に入れよう！



生きた乳酸菌でカラダの内側からキラキラしよう！

何かとストレスフルな毎日に「ピルクルLife＋」をプラス。乳酸菌が生きたまましっかり腸まで届くから、カラダの内側からリフレッシュ。ちょうどいい飲みきりサイズだから、いつでもどこでも手軽に飲める。

ピルクルLife＋／200ml
95円（税別）

ランチタイムに「ピルクルLife＋」をプラス！

YORK 日清ヨーク

ピルクル Life＋ ライフプラス



東京国際フォーラム広場
10月8日（木）11時～



東京サンケイビル1F「フラット」
10月9日（金）11時～

まずは「ネオ屋台村」で、体感してみよう！

平日のランチタイムに出店される東京国際フォーラム広場と東京サンケイビル1F「フラット」の「ネオ屋台村」にて、10月8日･9日の2日間、「ピルクルLife＋」が配布されます。すっきりした美味しさをぜひ一度体感してみませんか？

※商品がなくなり次第、終了とさせていただきます。
※当日の天候等により変更となる場合がございます。

愛されオーラ解明!
ロングセラー伝説

シリーズ誕生から24年。
老化に関する新発見を基に
抗老化は新しいステージへ。



ポーラを代表するアンチエイジングライン、B.Aシリーズの誕生は、今から24年前の1985年のこと。「アンチエイジングという言葉がまだ一般的ではなかった当時、真皮に着目したクリーム B.Aは、大ヒットを記録しました。その後、フォームパックや化粧水などのアイテムを充実させるとともに、バージョンアップを重ねながら、多くの女性に愛されてきました」（ポーラPR・古川瑠美さん）

今回同シリーズ第4世代のクリームに盛り込まれたのは、抗糖化という新しいアンチエイジングの仕組み。

「糖化とは、体内のタンパク質が糖と結合すること。糖化が起こる過程で生まれるAGEsという物質は、体の老化を進める原因のひとつです。肌で言うと、真皮にできたAGEsは弾力を生み出すコラーゲンや線維芽細胞などに悪影響を及ぼし、たるみやシワ、くすみの原因に。しかも一度できたAGEsは、自力で排除することが不可能。真皮に蓄積され、肌は老化する一方です」

そこでポーラは5年の歳月をかけ、AGEsにアプローチする成分を開発。ヨモギから高濃度に抽出したYACエキスをクリームに配合した。

「豊満なハリを感じさせるNAOエキスや、トウヤクエキスなども配合。成分を肌の奥に届ける処方や甘く優雅な香り、とろけるような心地よい感触にもこだわりました。一度できたら消えないAGEsと闘う抗糖化は、早めのスタートが肝心。B.A ザ クリームで未来の美肌を守りましょう！」

.A ザ クリーム

ーラ

化を続けるアンチエイジングラインに期待の新星!
しい抗糖化の理論で明るくハリのある肌を守る。

化の原因、糖化にアプローチ。ヨモギやセンブリ、オトギリソウなどの植物から抽出したエキスが肌を保湿し、から明るさと弾力をもたらす。コクがあるのにとろけるようにのびる感触、フレグランスのように変化するで、お手入れが楽しみになる。B.A ザ クリーム〈医薬部外品〉30g ¥33,600（ポーラ☎0120・117111）



眺めるだけで美しくなれる器。

創業80周年を記念し、伝統工芸江戸切子とコラボレーション。美術品を日常使いするなんて、贅沢！ B.A ザ クリーム 江戸切子〈医薬部外品〉30g ¥207,900 限定発売（ポーラ）

新製品 Calendar
10/7 ▶ 10/13
美人度を左右する
肌&唇の質感とツヤを
スキンケアとメイクで整えて。

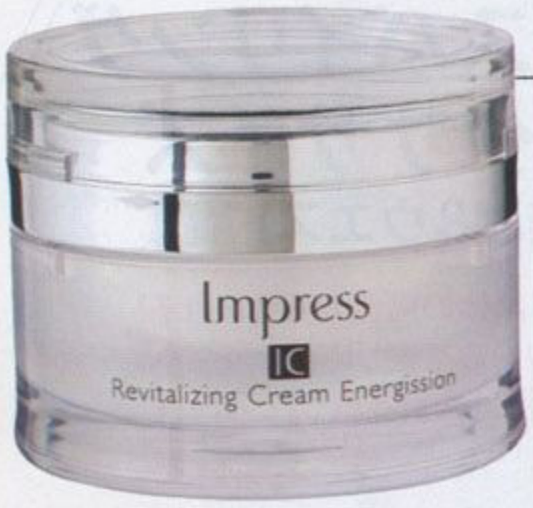


10/9

美しく年齢を重ねたいと願う女性のために スキンケア&ベースメイクが新登場!

とろみがあるのに素早く肌に吸い込まれるローションで内側からもっちり肌にしたあとは、こっくりとした洗い流しマスクで表面のキメを整え、なめらかな質感の肌に。光の性質でリフトアップを叶えるファンデーションをのばせば、エイジレスな美肌が完成する。

左から、スープラ インテンシヴ マスク73g ¥9,975　同ローション125ml ¥8,400　同ファンデーション SPF15（全5色）¥9,450（クラランス☎03・3470・8545）



10/9

ハンドプッシュすると広がる バラの香りにうっとり♪

肌の表面にある角層の隙間と角質の崩れに着目。角層の密度を高めて、弾力をもたらすクリーム。肌にのばすと軽い膜感があり、リフトアップした印象に。厚くのびるテクスチャーは、指滑りをよくするのでマッサージにも最適。フレッシュなローズの香りも◎。

インプレス IC リバイタライジングクリーム エナジション〈医薬部外品〉30g ¥21,000（カネボウ化粧品☎0120・518・520）



10/10

恋をするならグロスをチェンジ! 肉感グロスでイイ女度が急上昇。

恋する女子の強い味方、肉感唇をつくるリップグロス。潤いを閉じ込めて膨張したコラーゲンの効果で、唇はぷるんと豊潤に。さらに厚みのあるツヤで覆われた唇は、触れたくなるほどジューシー。このグロスで仕上げたリップは、心ときめくドラマを呼びそう!?

ウォーター シャイニー ボリューミー グロス　上から、704、701、702、703各¥945（メイベリン ニューヨーク☎03・6911・8585）



10/9

こってり濃厚クリームが ぷるんと弾むツヤ肌を実現。

世界で最も売れているというエイジングケアライン、リバイタリフトから待望のファンデーションが誕生。保湿成分セラミド5やコラーゲン保護成分など、スキンケア成分をリッチに配合。肌にピタッとフィットするリフトサポート感とカバー力で若々しい肌をつくる。

リバイタリフト クリーム ファンデーション SPF20・PA++（全4色）¥2,940（ロレアル パリ☎03・6911・8483）



10/8

軽くサラリとしたつけ心地と 肌色トーンアップ効果が嬉しい。

目覚めたばかりなのに、どんよりくすんでい
る。そんなお疲れ肌に嬉しいニュース。イ
ーテルラインから、パウダーファンデーシ
ンが登場。ハーブエキスが潤いを与えてキ
を整えることで、光をなめらかに反射する
に。一瞬で、肌色をブライトアップできる。

イモーテル モーニングフレッシュ ファン
ーション SPF27・PA++（全4色）¥5,775（
クシタン ジャポン☎03・3234・6940）



一井沙織の
美肌ダイアリー
最終回

最近、自然派コスメが気になる!

今回で、この連載は最終回になります。読んでくださった方々、どうもありがとうございました。

最後に、いつまでもきれいな肌を保つための、ナチュラルコスメをおすすめしたいと思います。実は、ナチュラルコスメというものには定義がなくて、かなり曖昧らしいのですが、簡単に言うと、ノンケミカルな化粧品、天然成分を使って作られている化粧品です。毎日使うからこそ、体に優しいものを使っていきたいですね。

まず、『コレス』のマテリアハーバラインというシリーズに注目。コレスは、ギリシャで最も古いホメオパシー薬局から生まれたナチュラルコスメブランド。このラインは、オーガニック認定を受けた天然成分をベースにしているそう。クレンジングミルクは、とろりとしていて、刺激のない優しい使い心地。ナイトクリームは、柔らかいテクスチャーでのびが良いので、しっかり肌を包みこんでくれます。同ラインの他の商品もおすすめです。

続いて、『モーリス メセゲ』のプロバンス産ラベンダーの香りがするソープ。とにかく香りによるリラックス効果抜群! 弾力のあるキメ細かい泡が気持ち良くて、使っているうちに全身がしっとり。

それから、日本生まれのアロマコスメブランド『凛恋』のソープとミスト。クレンジングソープは、つるつるとした洗い心地で肌スッキリ。フェイス&ボディミストは、化粧水としてだけでなく、髪の保湿や部屋の香りづけに使えます。アルコールフリーで、敏感肌でも使えるのも嬉しい。

ナチュラルコスメに興味を持たれたら、ぜひ参考にしてみてくださいね☆

一井沙織さん
モデル。本誌でも、メイク特集ほか、幅広いテーマに登場中。「最近は、鎌倉の海がお気に入りで、よく遊びに行っています」

今回使ってみた
ナチュラル系コスメはコレ!



1 97〜100%が天然成分でできているという、肌と地球環境に優しいスキンケアライン。エコサートの認定も受けている。右から、コレス マテリアハーバ クレンジングミルク150ml ¥3,360　同アイクリーム15ml ¥4,200　同ナイトクリーム50ml ¥5,250（フィッツコーポレーション☎03・5772・1070）　2 農薬や化学肥料、殺虫剤を使用しない、自然栽培にとことんこだわったハーブのみを使用。使いきるまで、豊かなラベンダーの香りが続く。モーリス メセゲ ソープ ラベンダー100g ¥1,890（ヴェーダヴィ カスタマーセンター☎0120・328228）　3 日本各地で収穫される、完全無農薬栽培の希少な国産ハーブを使用した、アロマコスメ。右・凛恋 フェイス&ボディミスト ラベンダー120ml ¥1,890　左・同クレンジングソープ ミント&ローズマリー250ml ¥2,100（ビーバイイー☎0120・666・877）

編集部の業界ルポ、モデル・一井沙織さん、ヘア&メイク・岡野瑞恵さん、モデル・ティアラさんが交代で担当する美容コラム。次号は岡野さんです。

真・小…紀　スタイリスト・渡辺浩司　ヘア&メイク・高…幸一　構成・Suivre

第52回

成宮寛貴 美容力向上委員長 やらせていただきます!



インスパイリングエクササイズ 美脚&ウエスト編

キレイは体の内側から作られる! 体のゆがみを直して美ボディへ。後編は美脚&細ウエスト!

骨盤のゆがみを直して目指せナイスバディ!



成宮寛貴
俳優。1982年生まれ。10月19日(月)21:00〜放送の『東京DOGS』(CX系)第1話にゲスト出演。オフィシャルサイトhirokinarimiya.com

成宮　前回は骨盤のゆがみを直すエクササイズを教えてもらいましたが、今回は部分痩せ編! 先生、よろしくお願いします。

Micaco　今回はアンアン読者も気になる人が多そうな、キレイな脚線と引き締まったウエストを作るエクササイズをチョイスしました。

成宮　脚はね〜…。上半身は細いけど、下半身はがっちりな子って、けっこう多い気がするもん。太さもそうだけど、O脚とかX脚とか、脚の形のコンプレックスで悩んでる女の子もいるよね。

Micaco　それは、日本人のもともとの体格もあるんですが、姿勢が悪いのも大きな理由。姿勢が悪いと、骨が正常な位置にない状態になり、リンパの流れが滞りやすくなる。そうすると、むくみやすくなって太くなる。だからまずは骨格を正常にすることが大事なんです。

成宮　なるほど。先週教えてもらった、骨盤を正しい位置に直すエクササイズの後に、この運動をしたら効果的なんですね。

Micaco　そうですね。それから、もう一つ。運動して、かえって筋肉がついて太ったって経験ありませんか? 女性らしい、しなやかな体を作るには、激しい運動はNGなんです。インスパイリングエクササイズは体の内部を刺激するので、ゆがみのないまっすぐな脚が目指せるんですよ。

成宮　単純に筋トレするだけじゃダメなんだ〜。

Micaco　筋トレよりも辛くなく簡単で、効果的にシェイプアップできるのがインスパイリングエクササイズの特徴です。次はウエスト。

成宮　これは、僕もかなり気になります!(笑)

Micaco　脚をおなかに引きつけるエクササイズなんですが、おなかまわりのいろんな筋肉を刺激するので、くびれが作りやすくなります。脇腹をグッと引き締めることで、おなか全体も細く、そしてバストアップにも効果がありますよ!

成宮　女子にはもってこいのエクササイズってことだ!

Micaco　時間もかからないし、特別な場所も道具も必要ありません。少しの時間でもいいので、ぜひ毎日続けてやってみてください。早い人は数週間で体のゆがみが取れて、ラインが変わっていくのがわかります。

bikyaku exercise 美脚になる!

1


まず、足を大きく開きます。左足のつま先を外に向け、ヒザをのせるようにして曲げてください。このとき、ヒザの角度が90度になるように注意します。

足は大きく開かないと効かないのでしっかり開いて!

2


頭の重さで、大転子の骨を押さえるイメージで

12回倒す

体は正面を向いたまま、右脚のつけ根の大転子を押さえます。そのまま、右側へ頭を倒してください。手に力を入れるのではなく、頭の重さで大転子を押さえるように12回倒します。終わったら、逆側も同様に行います。

3


5回屈伸

まっすぐに立って両足を交差させ、つま先は開いて、両足先が前後に平行になるようにします。そのまま、ヒザを開くように5回曲げ伸ばします。終わったら、伸び上がった状態でおなかとお尻、内ももに力を入れ、息を5回吐きます。最後にまた、お尻に力を2回入れます。左右の足を入れ替えて繰り返します。

4


最後に手先と足先を振り、運動でたまった乳酸をとばします。

waist exercise ウエストを細く!

1


横になって左脚を少し開きます。

2


右脚を上げ、両手でヒザの後ろを持ちます。

3


ヒジが下がると効果は半減、意識して胸を引きつけるように!

脚を持って5回胸を引きつける

続いて、左脚を床から10cmほど浮かせます。そのまま、ヒジを外側に開くようにして、胸を5回引きつけます。

4


脚を離して5回引きつける

引き続き、6回目からは手をはなし、あと5回行います。10回目に、引きつけた状態で10秒間キープします。終わったら、脚を替えて同様に行います。

Micacoさん Today's teacher
スタジオ インスパイリング主宰。女優・モデルのパーソナルトレーナーとして絶大な人気を誇る。著書『夢のダイエット』(SDP)が発売中。

NEXT ISSUE!
第53回
結果発表〜! 成宮アンケート①


Nintendo
Wiiの間™にようこそ。
おじゃまします！
ナインティナインの
岡村隆史です
来客中です
岡村さんは、私たちにこんな番組を紹介してくれました。
ぐっさんの間
ブラックマヨネーズ
タカアンドトシ
はんにゃ
◎他にも毎日いろいろなお客さんが、
オススメ番組を持ってきてくれます。
※下記は番組の一部をご紹介しています。
佐々木蔵之介です。
僕らの周りに、あたり前のように
あるいろんなこと。
一つ一つ解き明かしていきます。
森羅万象
地球図鑑
時任三郎です。
アフリカ大陸の今を
伝えます。動物たちも
家族思いなんだぞ。
石坂浩二です。
壊れたモノに再び命を
吹き込む、美しき職人技の
世界をご覧ください。
#005
時計、直します
YOUです。
世界の子どもたちの宝物。
こっそり教えてもらいました。
みんなの素敵な笑顔に
出会えます。
#004
Wiiの間
『Wiiの間』は、Wiiをインターネットに接続して無料でお楽しみいただけるチャンネルです。

里子ちゃん よか石けん編

よか石けんでモテぷる肌をGET!





大胆不敵でワイルドな香り、アナ スイの「ロック・ミー!」。

アナ スイから新登場の「ロック・ミー! オー ドゥ トワレ」は、憧れのロックスターのように、常にエネルギッシュに、今を自由に楽しんで、思わず自分らしいビートを表現したくなる、フローラル・フルーティのフレグランス。

この「ロック・ミー！」をまとって、もっともっとあなたらしさを表現して。30㎖・¥5,250、50㎖・¥7,350、75㎖・¥9,450。㊂アナ スイ コスメティックス☎0120・735・559 www.annasui-cosmetics.com



『ASPESI NYLON Plus One Fair』を、ASPESI SHOP 4店舗で10月9日より開催。

スポーティにもエレガントにも着こなせる『ASPESI NYLON』。今シーズンは、カラー・モデルのバリエーションが一段と豊富に揃いました。

さまざまなシーンに対応する、プラスワンコーディネートを秋の新作と共に紹介します。

Plus One Fairの日程は、シブヤ西武店/10月9日から10月25日、日本橋高島屋店/10月9日から10月18日。広島店/10月9日から10月18日、神戸店/10月9日から10月18日。㊂アスペジ・ジャパン☎03・5464・6452



『Clarks 2009 AUTUMN & WINTER FAIR』、10月16日から11月8日まで開催します。

Clarksでは10月16日㊎～11月8日㊐、全国10店舗のクラークスショップおよびクラークス取り扱い店舗(一部を除く)にて、Clarks 2009 AUTUMN & WINTER FAIRを開催します(開催期間は店舗により異なる場合も)。

秋冬シーズンのさまざまなシーンにあわせられるシューズを充実したラインナップで展開。

フェア期間中、クラークス商品を¥10,500(税込)以上購入すると、ClarksとWRAPSがコラボしたオリジナル『ポーチ』をプレゼントします。㊂クラークスジャパン☎03・5847・7273 http://www.clarks.co.jp



2つのスペシャルケアで、タフなハリ肌に導く、イオン配合の「イオナ うるおいWケア キット」。

「イオナ うるおいWケア キット」は、水溶性イオンクリームならではの「クリームパック」と、うるおい成分をたっぷり含んだ「ローションマスク」による、2つのスペシャルケアの夜集中Wケアキット。入浴中は湯船でできる、イオン配合のクリームを使った本格パックを。入浴後はイオン配合のローションマスクでたっぷりのうるおいを導入。うるおいや弾力が長時間持続し、タフなハリ肌に導きます。オープン価格。㊂イオナ インターナショナル お客様相談室☎0120・107・999 http://www.iona-intl.com



大人の女性に支持されるネイル&アイラッシュサロン Marvelous 恵比寿・麻布十番・広尾。

『Marvelous』は、JNA認定講師から1級取得者が多く在籍する実力派サロン。ジェルネイルやまつ毛エクステの高い技術力はもちろん、きめ細かい対応が人気。恵比寿店、麻布十番店に加え、オーガニックに特化したmarvelous＋広尾店もnewオープン。麻布十番店は東京都港区麻布十番1−8−13 H.Bビル2F. ㊪10:00～21:00. ㊂Marvelous麻布十番店☎03・3589・0447 http://marvelous.in



『ワンちゃんイラストコンテスト』で、大賞賞金50万円をゲットしよう!

講談社フェーマススクールズが、今年で17回目の『ワンちゃんイラストコンテスト』を開催。好きな画材で自由に描いた、楽しいワンちゃんのイラストを募集しています。

大賞1名に賞金50万円など各賞を用意。さらに全応募者の中から抽選で100名にかわいいイヌの顔型メモ入れ「ブニブニ」をプレゼントします。応募資格は中学生以上。応募はハガキ(ハガキサイズの用紙も可)で1人1点のみ。締め切り10月30日必着。応募方法など詳しくはhttp://www.kfsnet.co.jp/で。㊂講談社フェーマススクールズ『ワンちゃんイラストコンテスト』事務局☎03・5832・6415



麦芽2倍で、ますますビールと間違えるほどのうまさへ。

「サッポロ 麦とホップ」が中味・パッケージをリニューアルして登場。

100%協働契約栽培原料の使用と、素材のうまみを引き出す長期熟成製法はそのままに、これまでに比べ麦芽を2倍使用、ますますビールと間違えるほどのうまさへ。350㎖缶と500㎖缶。㊂サッポロビール お客様センター☎0120・207800 http://www.sapporobeer.jp/



光のコントロールで"ハリ感がある素肌"に見せる、ポーラのアグレーラ ベースメークシリーズ。

ポーラから、光のコントロールで"ハリ感がある素肌"に見せるアグレーラ ベースメークシリーズが誕生。

オリジナル新粉体"リキッドインビーズ"で肌悩みをカバーし、ふんわり自然なハリ感を再現。さらに、新粉体のシラノールコーティング粉体で肌の潤いをキープし、しっとり感が持続します。パウダーファンデーション「パウダリィ グロウモイスト」SPF15・PA++、全6色・各¥4,200、化粧下地「ブライトベース モイスト」30㎖・¥3,990、部分用化粧下地「スムースカバージェル」15g・¥3,990ほか。㊂ポーラお客さま相談室☎0120・117111 www.pola.co.jp



エイジングケアをめざす『綾花』のリップとアイシャドーに新色登場。このリップの新色を3名に!

たっぷりの保湿成分配合で唇の潤いとつやを保つ「綾花 モイスチャー エッセンシャル リップスティック」に新色が登場。唇にとけこみながら、女性らしさを印象づける上品なベージュ系で、立体的でふっくらとしたつややかな口もとを演出します。新色1色・¥1,575。また「綾花 パウダー アイシャドー」にも、ホワイトとブラウン系の新色2色が登場しました。各¥578(詰替用)。今回、リップの新色を3名にプレゼントします。〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1−15−8 宮益ONビル4F ㈱ちふれ化粧品「綾花『口紅秋新色』ANプレゼント」係へ。締め切り10月21日。㊂ちふれ化粧品愛用者室☎0120・147420 www.chifure.co.jp



NINE WESTが10月31日まで、『NINE WEST 2,3 Moreキャンペーン』開催中。

NINE WESTでは、2009秋冬コレクション発売を記念して10月31日㊏まで、全国のNINE WESTグループ取扱い百貨店およびファッションモール店(一部を除く)にて『NINE WEST 2,3 Moreキャンペーン』を開催中。2009秋冬コレクションの中から購入足数に応じて、スペシャルギフトプレゼントや、スペシャルプライスにて提供するなど、特典満載のキャンペーンです。今年の秋冬のトレンド満載のシューズをいち早くお得にゲットしませんか。㊂NINE WEST/GRI Japan(ナインウエスト/ジー・アール・アイ・ジャパン)☎03・5770・2110 http://www.grijapan.co.jp

★応募の際は、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記してください。掲載されているプレゼント(募集)情報は、提供各社が実施しているものです。皆様の個人情報などの応募情報については、提供各社にて管理されます。年齢・職業などの付帯情報を記載する場合はマーケティングデータや商品開発データとして扱われます。

貴女のキレイのためのクリニック

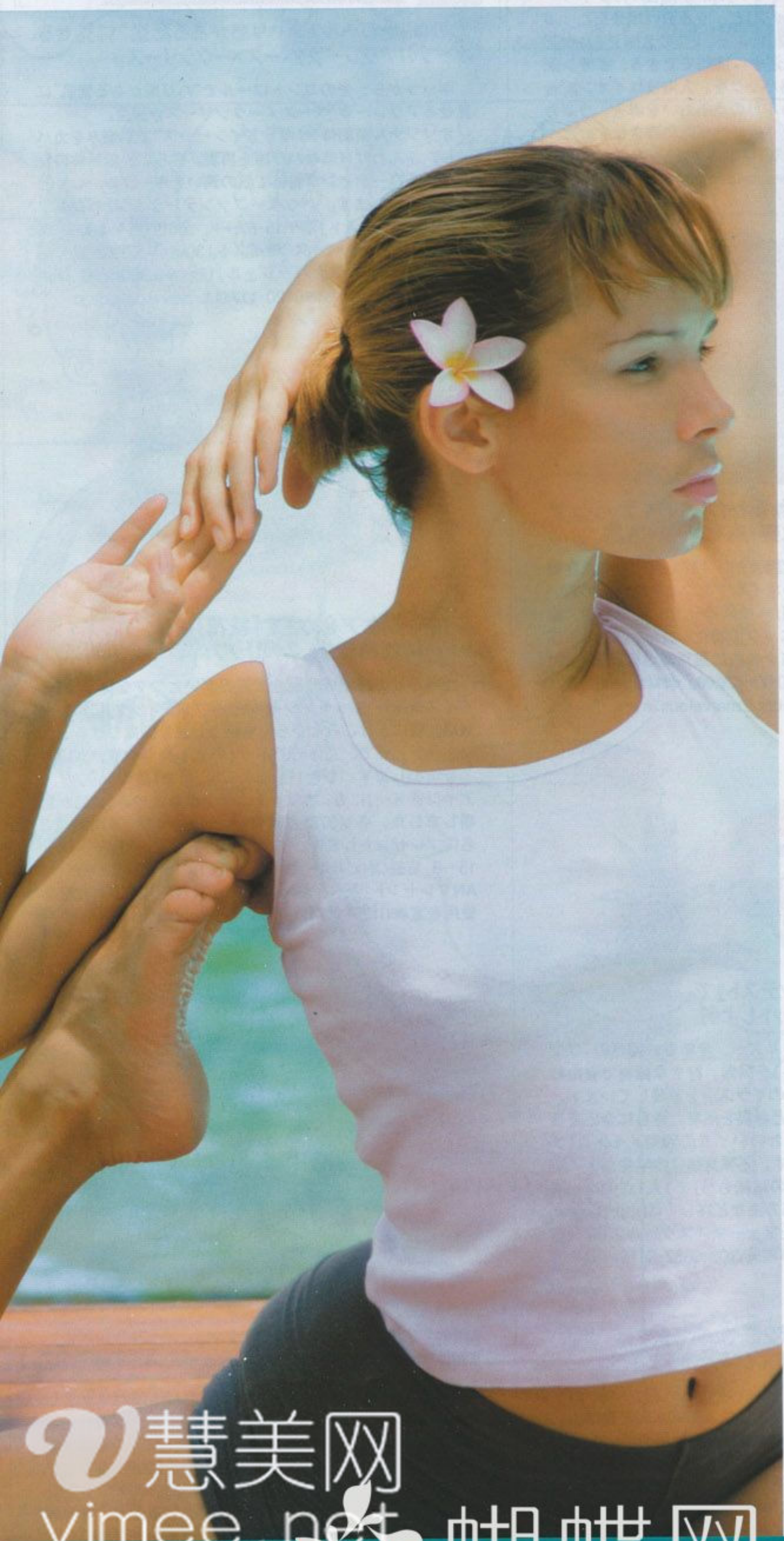
大塚美容形成外科・歯科

33年の歴史と実績がある 当院へご相談ください


大塚美容形成外科・歯科 歯科院長　望月 正史


大塚美容形成外科・歯科 副院長　半田 俊哉


大塚美容形成外科・歯科 院長　阪田 和明



Eye 二重まぶた

当院では独自の二重シミュレーションで、あなたの顔立ち・目元にピッタリ似合う二重を見つけ出し、輝く瞳に仕上げます。

二重まぶた埋没法 切らない



皮膚を切らない二重術「埋没法」。当院では特別に開発した二重専用のH・I針を使用し、独自の2点留めでバランス良い二重に仕上げます。まぶたに隠れて短くなっていたまつ毛も外に出てきて、長く上向きになります。
※当院では元に戻りやすい1点留めはおすすめしません。


蒙古ヒダが発達した一重まぶたの目

蒙古ヒダを無くして大きい目に!

蒙古ヒダが発達していると目が小さくなり、まつ毛も隠れてしまいます。当院の『目頭切開法』と二重術で、小さい目も大きく。パッチリとした目になり、やさしい顔立ちに!

二重埋没法(H・I針式)……………88,200円
大塚美容形成外科の埋没法は元に戻りにくく、ハレが比較的少ない独自の留め方です。針と糸も33年間かけて開発した特別の物です。

歯	クリーニングエステ	31,500円	目	二重埋没法(H・I針式)	88,200円
	ホームブリーチング(片側)	31,500円		二重部分切開脱脂法	189,000円
	セラミック矯正(1本)	126,000円		上まぶた脱脂肪	105,000円
	ワイヤー矯正(小矯正)	315,000円		目頭切開	210,000円
	ラミネートベニア(1本)	84,000円	鼻	注入式隆鼻術	84,000円
	インプラント(1本)	210,000円		プロテーゼ隆鼻術	315,000円
バスト	スピーディ豊胸術(10cc)	52,500円	小顔	小顔メソッド(脂肪)	*26,250円
	医療バッグ豊胸術	735,000円		小顔メソッド(咬筋)	*78,750円
	乳首のホワイトニング治療	27,300円		脂肪吸引(アゴ)	*105,000円
ボディ	部分痩身メソッド	52,500円	肌	ニキビ治療	42,000円
	アシ痩せ(ふくらはぎ)メソッド	*105,000円		シミ治療	39,900円
	脂肪吸引(腹部)	399,000円		レーザー治療	10,500円(5照射)
	脂肪吸引(太もも)	399,000円		小ジワ取り(眉間・目尻など)	*42,000円
	肥満治療薬(2週間分)	28,000円		ホクロ取り	10,500円
	ダイエット補助食品(14食分)	4,410円		ケミカルピーリング	15,750円(初回)

*印の料金は11月30日までの料金です(12月に料金改訂予定です)。

東京・大塚 03-3949-1611　仙台 022-29[illegible]-1611　横浜 045-3[illegible]1-1611　名古屋 052-251-1611　神戸 078-272-1611
銀座 03-5250-1611　大宮 048-642-1611　静岡 054-221-1611　京都 075-254-1611　広島 082-246-1611
札幌 011-242-1611　千葉 043-242-1611　金沢 076-264-1611　大阪 06-6344-1611　福岡 092-741-1611

●相談無料(カウンセリングは無料です) ●全国15ヵ所で受けられます ●クレジットカード利用可能 ●当院は自由診療です ●完全予約制(電話でご予約ください)

Face 小顔



最新美容メソッドで小顔♥
当院では手術ナシで小顔を目指します。
秋冬のファッションも小顔でバランスよく!

手術ナシ 小顔&顔やせメソッド

大きい顔の原因に、エラの筋肉（咬筋）の発達があります。当院では咬筋に働きかける小顔メソッドで小さくほっそりした顔を追求。ダイエットでは、やせないエラ張りの大顔も小さく。また頬の脂肪や下ぶくれが気になる方もご相談ください。お一人お一人の顔の筋肉や脂肪の状態に合わせて治療します。

輪郭形成術 骨格自体が大きい人も当院の外科手術で小さく形良い輪郭に整えます。当院の美容外科・形成外科・口腔外科のドッキングにより、輪郭（骨格）をバランス良く治します。長いアゴ・突き出た頬骨・張り出したエラもご相談ください。

脂肪吸引で小顔に! 顔の脂肪が気になる方には当院のメディカル脂肪吸引がおすすめです。1回の吸引で余分な脂肪を除去。

11/30まで

小顔メソッド(頬の脂肪)	26,250円
小顔メソッド（咬筋）	78,750円
小顔脂肪吸引（アゴ）	105,000円

Skin 美容皮膚科

あなたのなりたい肌をご相談ください。当院の皮膚科と美容外科の医師が治療します。



ニキビ治療 「何をしても良くならない」「抗生物質でも治らない」とお悩みの方!当院へご相談ください。ニキビの状態や原因を診断し、肌にあった治療方法をプログラムいたします。ストレスが大きな原因のアダルトニキビも当院のドクターが処方する「内服薬」で短期間に落ち着き、「塗り薬」で治ります。



シミ治療 シミには肝斑・そばかす・炎症性色素沈着・老人性色素斑など、種類も様々です。当院では「レーザー治療」の他に、症状に合った「内服薬」や「医薬クリーム」を処方して治療できます。

小ジワ・タルミ治療 当院では皮膚を切らずにシワやタルミを治療できます。目尻の小ジワ・深いほうれい線・頬のタルミなども当院の注入式美容医療で治療。短時間で終了し、肌にハリとツヤも出ます。

医療クリーム治療	10,500円(1本)
内服薬治療	2,100〜4,200円(2週間分)

Body 痩身・減量



メディカル脂肪吸引

大塚美容形成外科のメディカル脂肪吸引は10代〜60代の方まで多くの方達が受けている瘦身医療です。大塚では独自の吸引技術で深層から浅層の余分な脂肪をバランス良く吸引して、肌表面に凸凹ができません。肌のハリが失われない美を追求した吸引法です。
※脂肪細胞を減らすのでリバウンドもありません。



アシ痩せ注射 「アシを細くしたい」という方には大塚の『アシ痩せ注射』を!筋肉で太く固いふくらはぎをすっきり細くします。脂肪吸引や手術とは違い、数分で終了。「ブーツのファスナーが上がらない」といったお悩みにも対応。（太ももや足首を細くしたい方もご相談ください）

減量&ダイエット 当院監修のダイエット食品やドクター処方の痩せる内服薬などで健康的な減量も可能です。

アシ痩せ注射(ふくらはぎ)	105,000円
メディカル脂肪吸引（腹部）	399,000円
痩せる内服薬（2週間分）	28,000円

Teeth 歯・口元



当院では金属をいっさい使わないジルコニア・オールセラミッククラウンを使用して身体や歯茎に負担がありません。157,500円

「顔立ちは歯・口元で変わる」ことにいち早く着目し、様々な歯科治療を行っています。あきらめていたお悩みもご相談を。

1ヶ月で歯列矯正 これまで長期間かかった歯並びの矯正が最短1ヶ月以内で終了。出っ歯・すきっ歯・八重歯もセラミッククラウン法で整えることができ、歯の色・形も希望通りに!ワイヤーの装着は一切ありません。

口元のラインのお悩み 当院ではお一人お一人の美しさを引き出す歯・口元のライン(骨格)に整えます。当院の歯科・口腔外科・美容外科がドッキングした独自の技術で、突き出た上アゴや下アゴなどもバランスよく治すことが可能です。

セラミッククラウン(1本)	126,000円
ラミネートベニア（1本）	84,000円
インプラント（1本）	210,000円



33th ANNIVERSARY Otsuka Be…

大塚美容形成外科・歯科

0120-80-1611
※他で受けた美容整形のご相談・修正手術なども受け付けております

ホームページ www.otsuka-biyo.co.jp
ケータイ www.otsuka-biyo.co.jp/i


誘う秋フェイス。
品川美容外科では、カラダへの負担が少なく、あなたに最適な方法を提供します。
切らない整形
シワやたるみを注射で治療
小顔術 片側4,500円【初回限定】
○エラの筋肉が発達している方に。
シワ取り 1ヵ所4,500円【初回限定】
〈表情ジワに〉○表情筋の収縮運動によってできたシワに。
シワ取り・隆鼻術・アゴ修整 各14,000円【初回限
〈深いシワに〉○特に深いシワや輪郭修整に。
Face
目もと
あなたらしくなれる目もとに
二重術埋没法
1点留め 両目9,800円
2点留め 両目19,600円
○メス不使用で、ハレも少ない二重術です。
脂肪取り二重術 両目89,250
○まぶたがハレぼったい方にオススメです。
Eyes
蝴蝶网
hudie.com
読書の秋、食欲の秋、
実りの秋。
・・・あなたの秋は?
信頼価格宣言 表示価格には以下の内容が含まれております
※一部の施術で麻酔代が必要になる場合があります
診察代 + 薬代 + アフターケア代 全て込み
表示価格は予告なく変更となる場合があります。保証・施術に関する詳しい内容は、HPまたはお電話にてお問い合わせください。
当院は自由診療ですので公的保険は適用されません
品川美容外科
vimee.net
予約制
各種クレジットカード・ローン可
無料カウンセリング受付中
各院美容外科相談フリーダイヤ
受付時間 AM10:00～PM10
携帯OK 0120-18-9900
品川・札幌・仙台・宇都宮・大宮・千葉・池袋・新宿・横浜・新潟・
名古屋・京都・心斎橋・梅田・神戸・岡山・広島・福岡・熊本・鹿児

ミ美容外科 検索

ww.asami-biyou.com ケータイからでもOK!

0年の信頼

外科歴20年に及び、手掛けた手術症例数は
件以上を誇ります。(1988年～2008年)

信頼価格

の料金以外一切かからない信頼価格を実現しました。

年間の無料アフターケア

後のアフターケアを無料で行います。

痛み対策

ての施術の痛みを極力やわらげるため
酔クリーム・極細注射針・経口麻酔・点眼麻酔・吸引麻酔・静脈麻酔など
ゆる痛み対策を施します。



総院長 浅見 善康
慈恵医大卒、慈恵医大整形外科、東京医科歯科大麻酔科、美容外科クリニックを経て、1991年アサミ美容外科開業。美容外科歴は20年に及び、手掛けた手術症例数は10万件を超えている。また、最新の美容外科技術をいちはやく紹介し、その普及につとめている。
・日本美容外科医師会理事

料金一覧 消費税・カウンセリング代・麻酔代・薬代はすべて含まれております。

※自由診療です。治療費は標準的な費用です。

脂肪吸引

アサミ美容外科の脂肪吸引は脂肪の浅層、中間層、深層のすべての層より脂肪を徹底的に吸引しますので、リバウンドの心配が少なくより細い仕上がりが可能になりました。又患者様の負担を少なくするための麻酔法を採用しています。
吸引する部位の脂肪に極薄い止血剤の入った麻酔薬を患者様の体型に合わせた量を注入し、脂肪細胞のすみずみまで行き渡らせることで麻酔と止血を行います。
より細かい仕上がりが望めるとともに吸引時間が短縮され患者様の負担が軽減されました。

全部位 各 99,000円
頬・アゴ下・二の腕・背中・上腹・下腹・ウエスト・腰背・お尻上・お尻下・太もも内側・太もも外側・太もも前面・太もも後面・膝・ふくらはぎ・足首

全体	244,980円	頬＋アゴ下	175,500円
も全体	340,000円	腹全体＋腰背	320,000円
も全体＋膝＋お尻全体	424,500円	太もも全体＋膝	379,000円
		お尻全体	142,000円

と胸が大きかったら…
そんなあなたにオススメ ⇒ **自己脂肪注入で三段階豊胸**

幹細胞脂肪注入 脂肪吸引+ 198,000円

自己脂肪注入
やおしり、お腹などの脂肪を吸胸に注射します。異物を入れず脂肪を使用しますのでアレルや後遺症に配慮しています。

第2段階 幹細胞注入
吸引した自己脂肪組織より、分離抽出した自身の幹細胞を注入することにより、注入脂肪の定着率をあげる工夫をしています。

第3段階 脂肪定着因子注入
自分の血液を採血して分離抽出し、線維芽細胞や血小板などの成長因子を注入することにより脂肪の定着を促進します。

大きさ	平均で2カップのバストアップを目指します。
仕上り	自己脂肪注入ではレントゲンにも写りません。
信頼性	自分の脂肪や幹細胞・脂肪定着因子を注入しますのでアレルギーや発ガンの心配に配慮しています。また、乳腺も傷つけないので授乳にも支障はありません。
持続性	自分の脂肪として生着します。
ウンタイム	翌日よりシャワーや日常生活も普段通り可能なので、ダウンタイムはありません。
富な症例数	自己脂肪注入20,000例(1991年4月～2009年6月現在)の症例がありますので一度に800～1000ccの脂肪を注入します。しこり(石灰化)の心配にも配慮しています。

リコンバッグ ……… 398,000円

乳頭	104,700円
縮小	99,700円

ガ・多汗症

手術	198,000円
	33,700円

医療脱毛

ワキ/Vライン/Iライン/Oライン/口ひげ/アゴヒゲ/頬	各 4,200円
ひじ上/ひじ下/うなじ	各 10,500円
ひざ下	15,750円
太もも/ひざ含むひざ下/胸/腹/背中	各 21,000円

シワ・タルミ

目の上/目の下 タルミ取り	各 198,000円
注射 美肌・肝斑・シミ・シワ	98,000円

レーザー 新しいお肌に入れかえを促す治療法

顔全体	29,800円	目の下	24,800円
ニキビ痕、キズ痕、妊娠線、凹凸			29,800円

鼻

隆鼻手術	198,000円	小鼻縮小/鼻筋を細く	各 252,000円
ダンゴ鼻	198,000円	ワシ鼻	198,000円

もっとハリのある肌だったら…
そんなあなたにオススメ ⇒ **切らないフェイスリフト/シワ・タルミ対策**

繊細な技術。切らずに体内に吸収される物質を注射針で通すだけの、注射感覚で受けられる治療法です。

フェイスリフト(頬とほうれい線)	294,000円	首	196,000円
目尻/アゴの下	各 98,000円	目の下のクマ(中顔面)	174,000円
フルフェイスリフト 頬・ほうれい線+目尻+アゴの下			490,000円
プレミアフルフェイスリフト 頬・ほうれい線+目尻+アゴの下+目の下のクマ			664,000円

切らない注射による整形

和痛(麻酔)クリーム。
注射による注入時の痛みをほとんど除去可能にしました。

腫れないので人に気づかれずダウンタイムがありません

シワ・隆鼻・涙袋・口唇・アゴ	スーパーヒアルロン酸	0.1cc 4,500円
	アクアミド	0.1cc 9,000円

筋肉注射
シワ 18,000円 顔/多汗症 各 33,700円 ふくらはぎ 39,600円

目

二重まぶた	59,800円	目の上の脂肪取り	98,000円
		目頭切開	198,000円

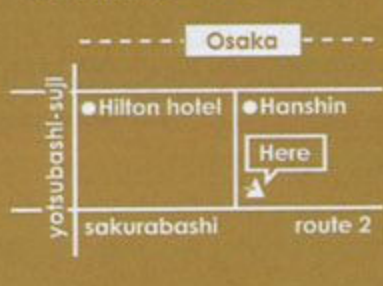
美容外科

ご予約/ご相談は… 携帯電話・PHSからでもOK! 御予約 0120-60-5489

東京
・渋谷東急ハンズ前



大阪
・大阪駅前第2ビル2F



名古屋
・名古屋駅すぐ
錦通り沿い

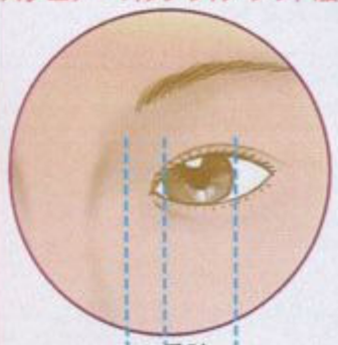




Attention!

目もとの手術 大きな瞳を目指す手術

スクエア・マルチプル・ノット法



二重瞼

Type 1

一重の目はさびしげな印象を与えがち。二重にするとまつ毛の付け根が見えるようになり、目が大きく明るい印象に見えます。

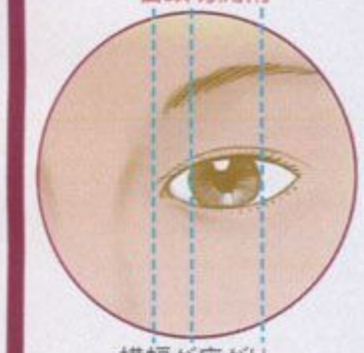


埋没法(スクエア・マルチプル・ノット法)

一般に行われている埋没法(クイック法)は、数年で一重に戻ることが多く、生涯に何回も手術を受ける必要があります。この欠点を解消するために、糸の結び方を工夫して強固に固定したのが、スクエア・マルチプル・ノット法です。非常に二重になり難いけれど切開法は受けられないという方には、6点固定法をご提案しています。63,000円(個人の固定点数によって料金は変わります。)

Q.固定点数は人によって違うのですか?
A.まぶたの脂肪量、皮膚や筋肉の厚み、また平行型か末広型か、どの位の幅にしたいかによって固定点数が変わります。カウンセリングで患者さまに合った固定点数を診断します。

目頭切開術



横幅が広がり、
まつ毛ラインに丸みがある目

Type 2

離れ目で目が小さくきつく見える人は、蒙古ひだを処理すると目頭側のまつ毛ラインに丸味が出て目が大きくなります。

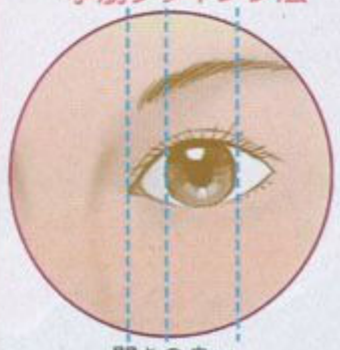


目頭切開術

「目頭側を広くはしたいけれど、傷が気になって踏み切れない」このような方にご提案するのが、当院の目頭切開術です。一般的な方法と異なり傷が小さく目立ちません。しかも手術中にご自身で大きさを確認できます。目の横幅が広がり平行型二重にもできます。262,500円(個人によって料金は変わります。)

Q.なぜ、傷が目立たないの?
A.それは、目頭構造を考慮したZ型に切開するのがポイントです。
切開線が最短ですむと同時に張力がかからない為、ダウンタイムが少なく早期より傷が目立ちません。

・挙筋短縮法
・挙筋タッキング法



開きの良い
黒目がよく見える目

Type 3

黒目にまぶたがかぶさって目が小さく見える人は、挙筋を短縮し目の開きを良くすると、黒目が際立つ大きな瞳になります。

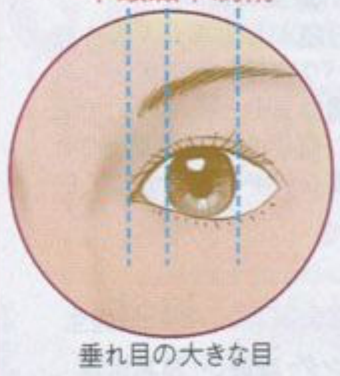


挙筋タッキング法・挙筋短縮法

小さい目、眠たそうに見える目は、目を開ける筋肉(上眼瞼挙筋)を短縮して、たてに広げ黒目がよく見えるようにします。手術中にご自身で大きさを確認できる上、まぶたの裏側からアプローチする経結膜法は、皮膚に一切傷がつきません。経結膜法は腫れも少なくあまり休みの取れない方にも向いています。挙筋タッキング法420,000円、挙筋短縮法525,000円

Q.眼瞼下垂の原因は?
A.後天性の眼瞼下垂の原因として、コンタクトレンズの長期使用や加齢によるもの等があります。
目を開けた時、黒目にまぶたがかかってよく見えない人は、今すぐ診断を受けてみて。

下眼瞼下制術



垂れ目の大きな目

Type 4

つり目できつい印象を大きな垂れ目にするには、下まぶたを下方に下げます。



下眼瞼下制術

大きな目とは、黒目も白目もよく見える開きのよい目ではないでしょうか。下まぶたの真ん中から外側1/2を下げて、外側の白目を大きく見せるようにします。東洋人に多いつり目できつい印象の目を、垂れ目の柔らかな印象にし、大きな瞳にする手術です。420,000円

Q.目を下に向かって大きくすることもできるんですね!
A.下眼瞼下制術は、当院が開発しました。当初より目を大きくしたい方に大好評です。大きな垂れ目にしたい方 Welcome!

涙堂形成術



立体的で表情豊かな目もと

Type 5

目の下が平坦で表情に乏しい人は、涙堂をふっくらさせると目の表情が豊かに見えます。



涙堂形成術

モデルやタレントさんの多くは、涙堂がふっくらしています。魅力的であるばかりか、笑った時に立体感が出ますので若々しい印象を与えます。涙堂は、注入法で形成します。当日から洗顔・お化粧ができる施術です。31,500円(個人によって料金は変わります。)

Q.涙堂ってどこですか?
A.涙堂は、下まぶたのまつ毛下より5～6ミリ位の中にあります。涙堂があるかどうかは、ご自身で判断するのは難しいもの。ちょっぴり注入するだけで随分表情豊かに見えますよ。

輪郭形成術 額、頬骨、エラ、顎、噛み合わせまで輪郭全体のバランスを考え、輪郭美の基準線を基にトータルデザインをします。

2段水平骨切り術



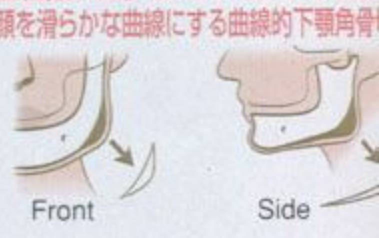
※長い・大きい・突出・後退している顎をバランスの良い小顔にしたい方。

削骨＋アーチ・インフラクチャー法



■頬骨削りの部分
■アーチ・インフラクチャー法

<正面顔を小さくする外板切除
<横顔を滑らかな曲線にする曲線的下顎角骨



顔が長い、顎が大きい人!

顎

長い顎、大きい顎は2段水平骨切り術で最大で10～12ミリ短く、8～10ミリ後退させます。骨切り後の段差は限りなく滑らかな曲面に仕上げます。945,000円(個人によって料金は変わります。)

横幅が大きい頬骨が気になる人!

頬骨

頬骨の横への突出はアーチ・インフラクチャー法(頬骨弓内方転位)で最大約2センチ小さくし、斜め横顔は頬骨体部(ボディ)の削骨で大きな変化が得られます。840,000円(個人によって料金は変わります。)

四角い輪郭を卵型の小顔にしたい

エラ

外板切除・内視鏡下曲線的下角骨切り術で卵型の小顔を実します。個人差はありますが、両で約2センチ小さくすることが可能です。1,260,000円(個人によって料金は変わります。)

隆鼻術 インプラント法



鼻を高くしたい!

隆鼻術 インプラント法

1人1人に合わせてインプラントをデザインします。インプラントは非常に柔らかく弾力性に富み、触ってもほとんど存在が分らないくらいです。また鼻根部は鼻骨骨膜下に挿入するため安定して動きません。294,000円

鼻尖縮小術



団子鼻を小さくシャープにしたい!

鼻尖縮小術

脂肪組織の切除、鼻翼軟骨の縮小、離れている左右鼻翼軟骨の処理で小さくシャープな鼻尖を形成します。鼻尖を高くしたい、下に向けたい、上に向けたい等の希望に対しては同時に自家組織移植を行ないます。315,000円(個人によって料金は変わります。)

鼻翼縮小術
エーラー・フラップ法



※鼻翼側の皮膚を中央へ寄せます。

小鼻を小さくしたい!

鼻翼縮小術 エーラー・フラップ法

日本人に多い鼻翼幅を狭くしたいという希望に対して、最小限の切開で大幅に鼻翼幅を変えるAlar flap(エーラー・フラップ)法を行ないます。
262,500円(個人によって料金は変わります。)

鼻中隔延長術



※耳介軟骨を使い鼻中隔を延長するため長期的に安定した結果が得られます。

鼻の穴が見えないようにしたい!

鼻中隔延長術

日本人の鼻の特徴である鼻が短い、鼻尖が低く上向きである等に対して、鼻中隔を延長して鼻の形態を整えます。鼻中隔延長術は、鼻尖の長さ、角度、幅を自由に決められる鼻の構造自体を変える"構造鼻形成術"です。840,000円(個人によって料金は変わります。)

鼻には、低い鼻、団子鼻、あぐら鼻、鷲鼻等様々な症状があります。ご希望に合わせて、豊富な手術ヴァリエーションでお応えしています。

くま・経結膜脱脂法

目の下にくま出現!目の下のくまで悩む方は非常に多いようです。くまの原因が脂肪によるふくらみであれば、皮膚に一切傷をつけずに摘出します。367,500円

しわ・注入法

腫れやむくみがほとんどない注入法は、当日から洗顔・お化粧もできます。31,500円～157,500円

たるみ・切らないフェイスリフト

顔に傷がつかず腫れが少ないため、あまりお休みがない方に向いている方法です。症状・希望・ライフスタイルに合った方法を診断します。(2本)105,000円(個人によって料金は変わります。)



引き上げ方(例)
長さ、材質、引き上げ方等が異なる様々な方法があります。

様々な施術の中から、症状、ご希望、ライフスタイルに合った方法をご提案します。

当院では、修正手術も多数承っておりますので、お気軽にご相談下さい。

0120-628-662 リッツ美容外科

リッツ美容外科 検索
H.P: http://www.ritz-cs.com/
Mail: info@ritz-cs.com

◎東京 ◎横浜 ◎名古屋 ◎大阪 ◎高松

●診療時間 10:00～19:00 ●年中無休 ●完全予約制 ●無料カウンセリング ●各種クレジット・ローンご利用可 公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用になり



mobcast
ワタシは
ケータイで、花嫁修業。
an·an の新婚生活体験ゲームが登場！
ウフフな結婚生活
an·an
press select
©mobcast
何しようかな？
22:25 ¥181,000
体力
幸福
食器洗い
休憩
娯楽
就寝
食器洗い 時間：10〜30分
毎日おそうじ〜♪
¥181,000
夜はモチロン・・・
だんな
・・さっきお休みって言ったけど
今夜はしゅふを寝かせたくない
行動を選択するだけのカンタン操作で、新婚生活を手軽に体験！
ゴールは 1 年後の結婚記念日・・・ ハッピーな記念日になるかどうかは、アナタの行動次第。
アナタもケータイで花嫁修業、始めませんか？
「ananウフフな結婚生活」は、ケータイゲームサイト「mobGame」で好評配信中！
右のQRコードから今すぐアクセス！
●1ダウンロード 315円（税込）／ダウンロードには別途パケット通信料がかかります。
●お問い合わせはこちら：株式会社モブキャスト info@mobcast.jp
http://mobgame.
※PC・携帯共通

あなたのお悩みレスキュー隊　電話占い特集

Misya Corporation

ミーシャ・コーポレーションは悩めるあなたを導く鑑定会社のブランドです



当社は電話鑑定による透視結果だけではなく、鑑定終了後に
幸せになっていただくためのパワーを無料でお承りしています。
ぜひお願い事を先生にお伝えください。
あなたの願いが本物であれば、当社のパワーは絶大な効果を発揮することでしょう。

鑑定士コラム 寧々先生

幼少の頃から他の子供と比べて、変に大人びているように周りの人から思われていたようです。直感で物事をよく言い当てては、大人の人に気味悪がられ、学校でもその事でイジメに遭ったりしました。遊ぶ場所や落ち着く場所は水辺や神社の境内だったりしました。

大人になるにつれ、よく友達に恋愛の相談や家族の相談などを持ちかけられるようになってきました。ある日、友達と話しをしている時、急に友達の後ろに色白な優しいお顔の方が視えてしきりに私に「この子に伝えて欲しい事があるの」と言われて、友達に「色白の優しい感じの人があなたに伝えて欲しい事があるのって言ってるよ」と伝えたら、急に友達がその場で泣き崩れてしまい、話しを聞いてみると半年前にその子のお母さんが亡くなっていたらしく、視えた方はその方でした。「お母さんの事は心配しなくていいから、あなたは幸せに暮らしてね」と「ピンクの花を飾って欲しい」という事を伝えたかったようです。友達はお母さんが亡くなってから毎日遺影を見ては泣いていた事、昨日お花を取り替えようと思っていて、今日朝から忘れてお花を供えてこなかった事などを話してくれました。話をしている内に、その子の家族も頭の中に浮かんできました。私はその子の家に遊びに行った事もなく、他の家族はもちろん一面識もなかったのですが、話が終わるとその子はよく笑うようになっていました。

それから色々なお導きがあり鑑定士をさせていただいております。皆様のお力になれます事を喜びとし、よりいっそう精進してまいりたいと思っております。

鑑定士コラム あらたか先生

魂の相性についてのお話です。合う、合わないというのは、前世やカルマという要因も関係してきますし、確かに波長の問題もありますし、また魂の成長度がどれ程同じ位なのか、違うのかも、相性に大きく影響を与えます。

先ず、ご本人が現状でお相手に対して魂の成長が足りない場合があります。その場合、ご本人がそれでも良い場合や、お相手が少しずつでも成長して行ける、又は努力する気があるのなら良いですが、関係が上手く行っていない場合、大きな問題をお相手が抱えている事がよくある様です。（人によって様々ですが、性格、暴力、育った環境、借金等）こうなると、ご本人が折角、更なる成長を遂げても、上手く行きにくいですよね。
守護霊様やご先祖様が、ご本人を守る為に必至でお相手から離そうとする時もあります。ご本人が真の幸せを運んできてくれる人と出会う為にです。そうでもしないと、人生に大きな悪影響を与えられたり、足を引っぱられたり、災難に巻き込まれたりする場合だってある訳です。もし、どうしても相性が合わず、何故か上手くいかない、辛い思いをする様ですと、ご本人が気づいていなくとも、先々でも大きな問題を含む恋である場合が考えられます。異性(男女共に)としての魅力がどれ程あるお相手であっても人間として何かご本人とお付き合いする上での欠陥が見られる様なら、本当にご本人を大事に思ってくれる相手なのか、幸せにしてくれる相手なのか、よく考えてみる必要があります。
中には、お相手の魂が未熟なだけではなく、魂がとても汚れていたり、魂の質が著しく悪かったり、という事もあります。こうなると、この魂は先々、ご本人の魂とは全く別の所へ行きます。魂の行き着く先が違うので、魂が引き合わない訳です。

この様な恋のパターンは皆が皆という事ではないですが、時々見受けられます。それでも好きで、何とかしたい、恋を実らせたい場合もあると思います。大丈夫です。そういう時こそ私に頼ってみて下さい。

Price	※先生をご指名される場合は別途指名料500円が加算されます。
20分8,000円 以降1分400円（税込）	
中（なか）、神水（しんすい）、霊法院神竜（れいほういんしんりゅう）、慈光（じこう）、王華（おうか）先生	
20分7,000円 以降1分350円（税込）	
聖蓮（せいれん）、神波柊月（かなみしゅうげつ）、ジュン、ひみ先生	
20分6,000円 以降1分300円（税込）	
アクアマリン、宝珠（ほうじゅ）、ブルーローズ、真琴（まこと）、	
響（ひびき）、ピュアーソウル、園（その）、宙（そら）、オープンハート先生	
20分5,000円 以降1分250円（税込）	
その他の先生	
携帯電話からの鑑定も承ります。直通・・別途500円頂きます。 手紙鑑定も承ります。（+POWER）・・一件10,500円（税込）（ご質問2件まで）	

鑑定お申込ダイヤル／朝9:00～早朝5:00
06-6342-0210　06-6342-0211　06-6342-0233

グッズ・手紙鑑定お問い合わせダイヤル／朝9:00～18:00
088-666-2281

FAX／24時間受付
06-6342-0220

お振込先
三菱東京UFJ銀行 徳島支店（普通）3792554　ミーシャ・コーポレーション
ゆうちょ銀行　16230-10180691　ミーシャ・コーポレーション

鑑定後5日以内にお振り込み下さい。入金が遅れますと延滞金が加算されます。

http://www.misya.co.jp/

misya 検索

米国法人　ミーシャ コーポレーション　Misya Corporation
徳島県徳島市川内町金岡48-1　e-mail:info@misya.co.jp

当社は鑑定会社のブランドを目指します。当社の広告をコピーして類似広告を掲載している同業者がございますが、当社とは全く無関係です。充分にお気をつけください。



【全体のこと】ホームベースを運行中の守護星・火星が、土星、金星と相次いで調和し、守りこそ最大の攻撃と告げています。社交面が賑わい、新たな人脈も広がるものの、今週関わる人々の多くは、見た目以上に個性も才能も豊か。対等に渡り合い、かつ有意義な交流を育むには、あなたも自身のカラーとウリをより鮮明に打ち出す必要が。今の能力、技量にあぐらをかかず、むしろブラッシュUPに真剣に取り組んで。集中エステ、プチ整形は、自信とオーラを増幅。仕事や待遇改善は、他部署、異業種とのコラボで勝ち組へ。食事&おしゃれは、楽しく演出。

【恋のこと】サプライズ週間。身近な異性の知られざる素顔や美点に、ドキンと胸が高鳴りそう。今まで軽く見ていた相手ほど、ギャップが魅力的で素敵な彼にモードチェンジ！ 好奇心の赴くまま、根掘り葉掘り突っ込んでごらんなさい。面倒がらずに笑顔で答えてくれたら、脈ありサイン。交際中の人は、長距離旅行やお泊まりで絆がガッチリと。ペアシートでの試合観戦、演劇鑑賞もハッピー。本命は、知的美人に興味津々。新書の話題から政治ネタまで、しっかりお勉強を。

【お金のこと】取捨選択運。デイリーユースの家具や雑貨にはヒットが多い半面、上級狙いのコスメ&ファッションへの投資は、外しがち。運用はバランスよく。

【幸運のカギ】5、蛍光ブルー、マルチボーダーのニット、アシメトリースカート、ショート丈レギンス、伊達眼鏡。



【全体のこと】やじ馬根性が吉と出る星回り。なのに、食わず嫌いや事なかれ主義に囚われて、ツキを棒に振る心配が…。せっかくの連休を、欲求不満とお仕着せのプランで潰すより、思い切って好奇心のままに動いてごらんなさい。勉強になる体験、常識の殻を破る発見が得られ、オフ明けの仕事や本分にもいっそうリキが入るはず。ただ、お楽しみの最中に無粋なツッコミを入れやすいのは難点。気さくな間柄でも口数はできるだけ減らし、慎み深く。古い建物を改造したカフェやイベントスペースは、使いで十分。トーク&おしゃれには、乙女ちっくモードを。

【恋のこと】要注意。特に前半は、わざと憎まれ口を叩いたり、執拗に食い下がったり…、男心を逆撫でするような態度をとりがち。身辺が妙に騒々しいせいで、イラ立ちや早く白黒つけたい気持ちに駆られるのです。ここでの失点、マイナーイメージは、著しく心証を害し、容易には修復できません。恋人や本命へはもちろん、キープ君たちへの言葉遣いにも気を配り、努めて甘い笑顔をサービスしてあげて。出会い&接近は、軽快な音楽と適度なアルコールが潤滑油に。連休後の合コン、パーティなら、よりスピーディ。

【お金のこと】タイムサービスや在庫限りの呼び声に釣られて後悔しそう。喉から手が出るほど欲しくても、自制をしかと。後半の先物買い、美術品投資は有益。

【幸運のカギ】6、サーモン、バルーンワンピース、ロングカーディガン、透かし編みタイツ、花柄バッグ、ぺたんこ靴。



【全体のこと】大惑星と凶角を形成する守護星・水星が、警戒心とプライドを強め、周囲との摩擦を深めやすい一週間。特に、内心誤りと感じていた後ろめたい現状を指摘されると、頑なに反抗したり、フテたりして、関係を悪化させがち。今のあなたは、熱意も実行力も人一倍。批判や助言を素直に受け入れる、度量の広さを持ちましょう。ただし交渉、商談は、一歩でも譲ったらつけ込まれ、なし崩しに…。ご破算もいとわぬ覚悟で毅然と。レジャー&おしゃれは、新ジャンルの開拓が大当たり。見知らぬ場所、初めてのブランドにぜひ挑んで。一人旅も収穫大。

【恋のこと】空振り注意報。恋する眼差しや態度にグッと迫力が宿るものの、悲しいかな、それが今どき男子を引かせてしまいそう。ひたむきな献身を、ヤル気満々サインか肉食系女子の周到な罠とカン違いして、敵前逃亡する軟弱者も…。ここは、努めてソフト&ライトな接し方を心がけたほうが無難。メイクラブや支払いも、慎ましく相手にお任せを。出会いは、アットホームな場所に待つ予感。なかでも家族経営のペンション、レストランには、素敵な常連とのご縁が。別れ話は、もつれる気配。猶予を今しばし。

【お金のこと】マメさが大事。とりわけ日常の必需品は、チラシ類を比較検討して購入するうち、チリも積もれば山で黒字化へ。記帳、決済は、確認を怠りなく。

【幸運のカギ】9、クリアレッド、サルエルパンツ、派手柄Tシャツ、スタッズ付きブーツ、カラーコンタクト、革紐。



【全体のこと】引き続き火星の援護を受け、不運さえ味方につけられそう。金欠で困っていたらオゴリや割のいいバイトが舞い込む、体調が冴えない日は仕事を代わってもらえるなど、結果上々。正直者の蟹座とはいえ、今週は演技力を発揮して、ちゃっかりお得にあずかっては？ いい顔したがりに面倒を押し付ける…なんて、日頃の溜飲を下げる荒業もOK。ハウツー本に、うまい手綱のとり方やツキを引き寄せる術が。美は、手間ひまかけるほど損なわれる暗示。シンプルビューティの実践を。レジャー&パーティは、貸し切りで大盛況。おしゃれは可愛く。

【恋のこと】恋は悲劇的要素を帯びてきました。特にカップルの人は、親に交際を反対されたり、何かと横ヤリが入ったり、不本意な状況へ。でも、ここで投げやりな態度をとったら相手の思うツボ。耐え難きをグッと忍び、二人の熱意や真剣さを理解してもらうべく努力を傾けましょう。駆け落ちまがいの逃避行、極秘同棲は、痛恨。本命、ライバルの動向も、油断なりません。しっかり目を光らせて。赤い糸は、オフ会や趣味の集まりでGET。第一印象がイマイチな彼ほど、意外に有能で、将来大化けして理想の恋人に。

【お金のこと】やりくり上手。自腹を切らずに済ませる策が図に当たり、小金が着々と。不用品の転売、再利用も、財政基盤を強化。使途不明金は、追及どき！

【幸運のカギ】7、シルバー、レースのカーディガン、プリントデニム、ストーン付きネイル、ビーズバッグ、チャーム。



【全体のこと】拙速巧遅の相。頭の働き、感性とも鋭い半面、成果を急ぐあまり、アラが出やすいのが泣き所に。簡単な仕事や課題さえ、ささいなミスから二度手間、信用丸潰れ…なんてケースも。特に前半は、慎重&丁寧の2語を肝に銘じておいて。後半は、実が物をいう星回り。日頃お世話になっている人へはもちろん、気まずい相手にも、お礼や取り成しの品を何かしら。ささやかでも功を奏し、ホッと人心地つけるはず。ウイルス感染は心配。人ごみではマスク着用、帰宅時は除菌ソープでの手洗いとうがいをキッチリと。おしゃれは、最新の流行に注目。

日常的なシーンから合コンまで、気さくに接しつつも、あなたの芯の強さ、密かなウリをしっかりアピールしてください。最良の相手と結ばれる運びへ。逆に進行中の関係は、ギスギスしがち。同僚や男友達と過ごす時間が増えるのも、心が移ろいかけている証拠。でも、一度手放した絆は二度と紡げないことを、よく胸に刻んだ上で行動を。Wデートは、マンネリ愛を再燃。

【お金のこと】他人の言葉に天啓が宿る予感。店員やアドバイザーのお勧めを、試してみては？ ネットショップ、通販にも良品が。ピンチは、母親を頼って吉。



【全体のこと】土星の拘束をようやく振り切った守護星・水星が、今度は冥王星の脅威にさらされ、運気はネガティブモード。守り抜いてきた信条や建前を大舞台でコテンパンにやられ、自信とプライドはおろか信用までも、粉々に砕けがち。それは、狭量なあなたを戒めるための星の深謀。理性の鎧もキレイな仮面も脱ぎ捨て、苦しい現状、生身の本音を率直にぶつけたほうが、早く実のある道を開けそう。仕事、就活も、やりがいより報酬重視の選択がホープフル。スリミングやダイエットは、みるみる成果が。オフ&おしゃれは、モダンクラシックが旬。

一因は実はあなたにある暗示。皮肉な物言いをしたり、モテぶりをひけらかしたり、癇に障るような態度をとっていませんか？ 思い当たるフシはすぐにも改め、物腰とトークは少しユルめ、メイクは逆にキツめを意識してみて。印象UP確実で、たちまち唯一無二の天使に。フリーの人は、今までと全く違うタイプをマーク。初めのうちこそ違和感を覚えても、すぐに新鮮さと興味が上回るはず。

【お金のこと】ポイント欲しさに、お金と時間を無駄にしやすいとき。目的と矛先を間違わないように注意を。小遣い稼ぎは、アンケートモニターでコツコツと。



天秤座
9.24—10.

狂おしい恋模
ジェラシーや妄想
苦しみそ

勢。個性や能力を認められたくて強がりを言ったり、必要以上に着飾ったり、自分で自分の虚像を作り上げてしまうせいです。どうやら、心に引っかかっているあのことが、あなたをそんな行動に駆り立てている元凶。忘れていた謝罪やお礼、サボりぎみのルーティン…etc、今すぐ片をつけて。密かな胸のつかえさえ取れれば、嘘みたいに明るい気持ちで今を楽しめるはず。仕事、私生活の自由度は、信用ひとつ。約束厳守を座右の銘に。オフ&おしゃれは、上級カジュアルでキメ。

【恋のこと】狂おしい恋模様。交際中の人、片思いの人とも、彼への気持ちがヒートUPし、ジェラシーや妄想に苦しみ

……

にふける、スポーツ対決をするなど、別の形で発散させてごらんなさい。あなたの秘めたる魔力に相手がのめり込んでくるのは、時間の問題。薄暗い場所や主催者の顔が見えない集まりでの出会いは、断固パスを。初めは真剣でも、いつしかダークな関係へ…。ダンスや楽器の教室で生まれた縁は、カップリング率断トツ。

【お金のこと】稼ぎどき。ギャラ交渉も売買も、一歩も引かぬ強気の数字提示で高値が。外貨は、米ドル以外なら買い。寄付、懸賞は運営団体の見極めをしかと。

【幸運のカギ】3、濃紺、ボウタイブラウス、ツイードのスカート、メイクアート、数字のブローチ、クラッチバッグ。



蠍座
10.24—11.

決断のと
本音をごまかさ
正直な意思表示

いのに、なぜかあなたはブルーかも…。それって、ネガティブキャンペーンに巻き込まれているから。特に、グチや文句が挨拶代わりみたいなマイナー人間は、厄病神。意識的に距離を置き、ポジティブマインドの持ち主と交流を。仕事、学業は、ノリが大事。BGMを流す、机回りやデスクトップをスッキリ整理するなど、楽しく快適に取り組める環境作りをまず！　体はタフ。サプリや薬品への依存はこの機に断ち、ヘルシー美を手に入れましょう。おしゃれは大人の色香が肝。

【恋のこと】決断のときが来ました。求められているのは、YESかNOかではなく、あなた自身の正直な意思表示です。

……

伝えて。この期に及んで本音をごまかすなんて、愛に背を向けるも同然。男の我慢が限界に達する前に、心の檻を解き放つ勇気をお持ちなさい。フリーの人は、確かに訳あり。飛び込むなら、リスクや苦労を引き受ける覚悟をキッチリと。深夜の闇に紛れて訪れたチャンスや縁は有望。

【お金のこと】周囲は意外と太っ腹。金欠の悩みから欲しい物のおねだりまで、率直に。ただし、断られたら即引き下がるのが鉄則。エコポイントは貯めどき。

【幸運のカギ】0、タンブラック、キャミソールドレス、ファーコート、ピンヒール、網タイツ、オリエンタルな香り。



射手座
11.23—12.21

その場の雰囲気を
楽しむ姿勢が、
恋を活性化させるキー。

【全体のこと】天頂の土星が勢力を増し、一見不遇。有望なアイデアや企画を提案しても却下され、良かれと思ってしたことを悪く取られ…と、凹む出来事が相次ぎがち。でも、これは雨垂れ石を穿つ配置でもあります。功を焦らず、自分が正しいと信じたことをコツコツ続けるうち、色よい反応や賛同の声が。13日には守護星・木星も順行に戻り、いい流れにさらに加速がつくはず。特にネット上のコミュニケーションは、情報量を膨らませる上、何かと触発豊か。ブログ開設やSNS参加も前向きに。肩こり、腰痛には要警戒。おしゃれは、エレガンス志向で。

【恋のこと】パラドックスの章。彼とのイベントや二人の時間を心待ちにしていたのに、いざ会ったら盛り上がらない、意見が食い違うなど、チグハグな事態へ。期待が高まるあまり、理想の展開、絵になるパターンばかりを思い描いているせい。勝手な想像や独りよがりなシナリオは捨てて、その場の雰囲気を楽しむ姿勢が、恋を活性化するキーと心しましょう。仕事ぶりや対応に男気を感じた異性は、真打ち級。迷わず本命に定め、攻略開始を。愛の結実に向けて外堀を埋めるには有利な星回り。味方を一人でも多く。

【お金のこと】持つべきは友、と福の神のお告げ。共同での副業、購入など、誘いに乗るも、こちらから声をかけるも名案。投資は、引き際のルート確保を予め。

【幸運のカギ】6、パステルピンク、ロングニット、フリルカットソー、Aラインスカート、パーティバッグ、チーク。



山羊座
12.22—1.20

ヘビーな出来事が。
連休に客観的な目で
見つめ直して。

【全体のこと】支配星・土星が拡大の部屋で3惑星を傘下に収め、パワーUP。あなたの本領、真骨頂をいかんなく発揮できそう。これと見込んだテーマを掘り下げる、仕事や人脈を手塩にかけて育てるなど、さっそく奮闘を。ただし、初体験の物事に限っては、安直な気持ちで取り組んではダメ！　今週の挫折や失敗は根深いコンプレックスとして心に残り、さらなる活躍を食い止める恐れが。やる以上は真剣に、時間をかけてじっくりと。後半は、ウマの合う相棒や有力なコネをGET。定番＋αで清楚に装い、テリトリーの外へ。美肌には泥エキスが奏功。

【恋のこと】紆余曲折の末に大団円を迎える予感。前半は、過去の浮気発覚、ささいな反発から別れ話に発展…と、ヘビーな出来事に悩まされがち。ですが、悲観に囚われての結論は後悔必定。せめて連休期間はシンキングタイムにあて、客観的な目で問題と今後の対応を見つめ直して。一人旅に出るのも英断。彼と距離を置くことで冷静さが戻り、意外とアッサリ元のサヤに。出会い&アプローチは、後半が本番。既存の縁が形を変えて再浮上する期待も。勢いでのベッドインが予想以上に素敵なら、運命と考えてOK。

【お金のこと】時代遅れ、ダサイと思っていた物が、再評価される星回り。捨てる前にオークションへぜひ。必需品は、シェアリングでお安く。FXは後半が旬。

【幸運のカギ】5、サックス、リボンブラウス、プリーツスカート、ペンダント、カチューシャ、ラメパウダー、パンプス。



水瓶座
1.21—2.18

たくさんのチャンスが。
容姿・知性・経済力の
総合点の高い彼が本命。

【全体のこと】水瓶座で滞っていた木星が順行に戻り、最近ナマリぎみのオリジナリティやユニークな発想を覚醒します。独創的なアイデア、スタイリッシュなプランニングなど、個性的なブランディングで一躍ランクUPの可能性大。ただ、初めはその良さを認めてもらえず、むしろ白い目で見られるかも。そこで本意を翻すのでなく、自分と相手の色を混ぜ合わせる処世術こそ、サクセスの要に。大学は、幸運スポット。外部聴講や公開講座へのデビューで、脱OL志願、就活にも活路が。婦人科系の不調は、検査を念のため。おしゃれは、豪華一点主義で◎。

【恋のこと】出会いに恵まれる上、第一印象が鮮烈！　一目惚れされたり、複数の男性から誘いがかかったり、黙っていてもチャンスが舞い込みそう。本命選びのポイントは、容姿・知性・経済力の総合点が一番高い彼を狙うこと。幸福の座へと一気呵成に駆け上れるはず。マンネリぎみのカップルは、郊外でのファーム体験やベランダ菜園に二人でトライを。枯れかけた愛にも不思議と潤いが蘇り、絆がスクスクと。意中の彼は自由気まま。寂しくてもメールやアプローチは控え、あなたも青春を謳歌したほうが好印象。

【お金のこと】ビギナーズラックの予感。ただし、欲をかいたらツキはそれまで。二匹目のドジョウ狙いも、大損するがオチ。運用&貯蓄は、現状維持で手堅く。

【幸運のカギ】1、ブロンズ色、リアルレザーのジャケット、金箔使いのプリントスカート、エナメルブーツ、宝飾時計。



魚座
2.19—3.20

意外な有望期。
本能が騒いだら、
迷わず打って出て。

【全体のこと】魚座で逆行中の天王星が金星と対立し、運気は分裂モード。人のために懸命に尽くしたかと思えば、挑戦的な態度をとる、裏切り行為に走るなど、あなたの中で天使と悪魔が競い合いそう。自分の言動に欺瞞を感じて、落ち込むひと幕も。精神的な不安定さもさることながら、ここで買った不興や不信感は後々まで尾を引くのが問題。せめてオフィシャルな場では、ポーカーフェイスと首尾一貫した態度を保ち、転落に歯止めを。カウンセリング、一人旅も良き精神安定剤。お酒やスイーツへの逃避はクセに。おしゃれは、カントリーガールがお手本。

【恋のこと】こちらは意外な有望期。フリーの人は、恋愛嗅覚が研ぎ澄まされ、ターゲットにすべき相手をすぐに見分けられるのが何よりの強みです。抱かれたい、ずっとそばにいたい…そんなふうに本能が騒いだら、迷わず打って出て。出会ったその日にキスやベッドインへと進んで既成事実を作ってしまうのも、本命を我が物にする荒業。本命、恋人は、女性にフェティッシュな憧憬を抱いているフシが。バストを強調したファッション、美しいしぐさ、手料理が、本気モードに火をつける三点セット。避妊は[illegible]。

【お金のこと】財政破綻が心配。特にバーゲン、ギャンブルは、熱くならないよう自制をしっかりと。ポイントやキャッシュバックは、有効期限の確認を今一度。

【幸運のカギ】2、サンドベージュ、ペチコート、手編み風カーディガン、コットンバッグ、ボアブーツ、三つ編み。

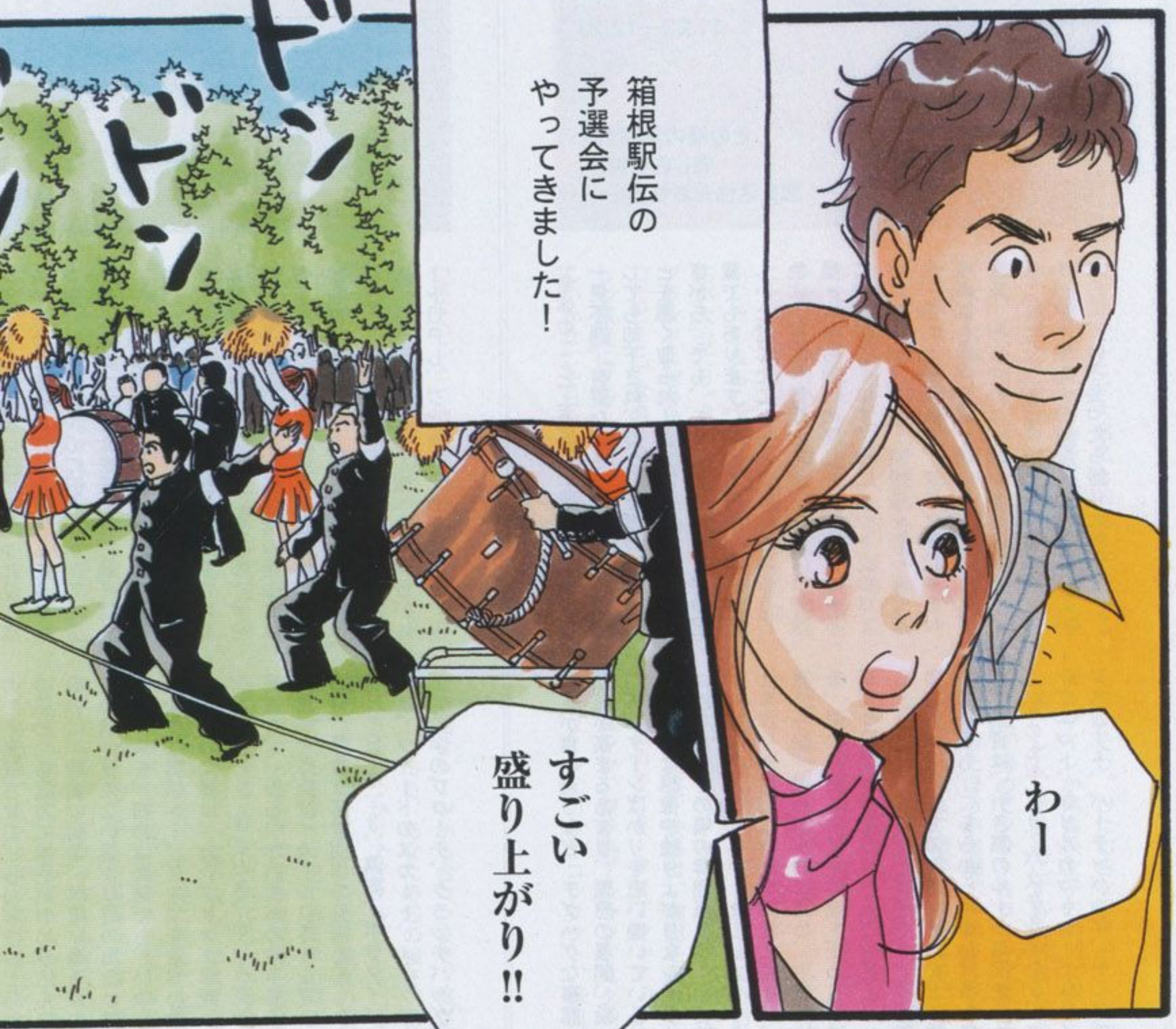
即効! 元気になるランニングコミック

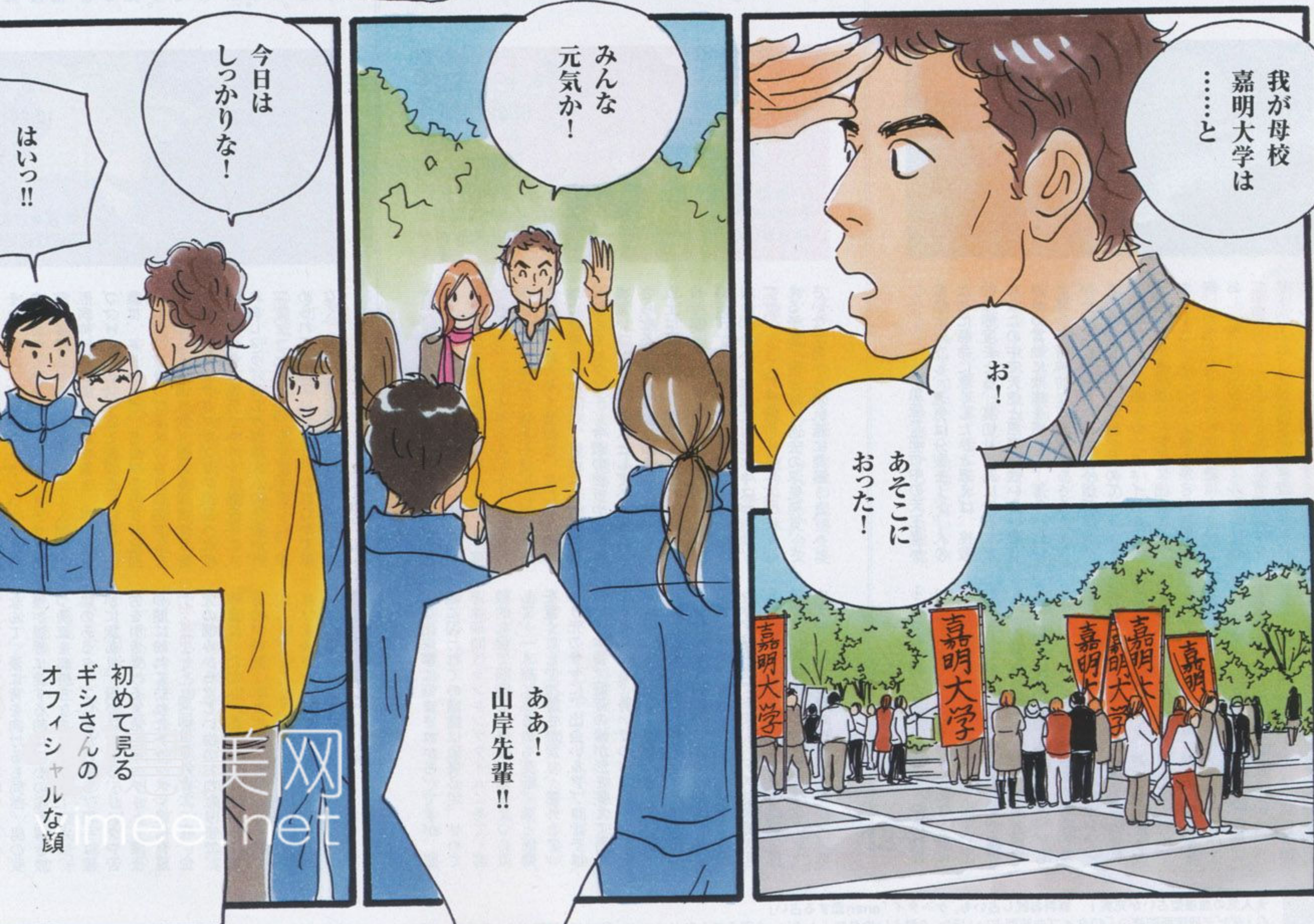
走れ!ミル子

箱根駅伝に恋をしよう

桜沢エリカ

第48回





いままでのストーリー
某化粧品メーカーPR担当の遠藤ミル子はダイエットのためランニングを始める。同じ社の営業部の木村くんの紹介で箱根駅伝に憧れて上京したという関西人・ギシさんに時々ランニングを教えてもらっていたが、木村くんから、ギシさんは社内報で見たミル子に一目ぼれだったと聞きびっくり！　結局二人は付き合うことになる。久々のランニングデートのあと、ギシさんの提案で急にミル子の家に行くことになったが、もともと大の箱根駅伝ファンのお母さんをはじめとして家族から大歓待を受ける。宴もたけなわ、駅伝話で盛り上がったところで、ギシさんはミル子を箱根駅伝の予選会に誘う。



To be continued...

箱根駅伝の予選会は10月17日（土）、東京・立川で開催。今年も、箱根の本大会を目指して40校あまりが出場、約500人が激走します



なんばCITY 本館1F/ FASHION PLAZA・CITY DINING

【ファッションプラザ・シティ ダイニング】

namba CITY nankai

10/16fri Debut!!

| NEW & RENEWAL OPEN SHOPS |

FASHION PLAZA 【ファッションプラザ】

もっとキレイを目指す女性のための
新・高感度ゾーン。

LEMONTREE
リー
ー]TEL. 06-6644-2979
クス・カジュアル・ジュエリー"をコンセプ
ジナルアクセサリーが充実。

NEW **Dear Princess**
ティアプリンセス
[レディス]TEL. 06-6644-2538
女性が本来持っている"かわいらしさ""華麗さ"を追求する、神戸発信の愛され系ブランド。

NEW **Rosa**
ローザ バイ ナラカミーチェ
[レディス]TEL. 06-6644-2832
"Happy Style"を演出する大人の愛されシャツを多彩なアイテムで展開。

NEW **Garland of Dew**
ガーランドオブデュウ
[アクセサリー]TEL. 06-6644-2836
自分のスタイルを持った、輝きある毎日を送りたい女性のアクセサリーショップ。

NEW **kiki**
キキ
[バッグ]TEL. 06-6644-2804
ヨーロッパを中心としたインポートの1点物など、バッグやアクセサリーを厳選したセレクトショップ。

Dolly
TEL. 06-6644-2404
イルに合わせたクラス感が味わえる、
ックブランドをラインナップ。

Viaggio Blu
ビアッジョブルー
[レディス]TEL. 06-6644-2726
オフィスにデートに、どんなシーンでも自分らしさが演出できるレディスブランド。

NEW **JELLY BEANS**
ジェリービーンズ
[シューズ]TEL. 06-6644-2831
ガーリーでフェミニンな女の子へ、豊富なカラーとデザインで足元主役アイテムを提案。

NEW **Rew de Rew**
ルゥデルゥ
[レディス]TEL. 06-6644-2496
トレンドを取り入れつつ、シーンに合わせた"大人かわいい"を演出する女性のブランド。

NEW **C'est Sa Vie**
セサ[illegible]
[服飾雑貨]TEL. 06-66[illegible]
日々[illegible]クスやバッグな[illegible]お手軽価格で[illegible]

écruefil
フィル
TEL. 06-6644-2667
テイストをベースとした"大人かわい
スタイル"を等身大に提案。

CLEAR IMPRESSION PRODUCED BY FLANDRE
クリアインプレッション
[レディス]TEL. 06-6644-2548
"食事も旅行も音楽も全てがファッション"、そんなOLの毎日服をトータルにコーディネート。

NEW **LAZY SUSAN**
レイジースーザン
[服飾雑貨]TEL. 06-6644-2416
バッグやアクセサリー、インテリアなど、世界各地からセレクトしたアイテムを豊富にラインナップ。

NEW **B.B.B.**
ビービービー
[服飾雑貨]TEL. 06-6644-2462
"エレガント"をキーワードに、「eclamour」「ESSENCE OF POISON」などのブランドをラインナップ。

NEW **Essential Goods** CLEAR IMPRESSION
エッセンシャルグッズ
[服飾雑貨]TEL. 06-6644-2548
欲張りで忙しい女性へ、上質で低価格なバッグやパンプスなど豊富にラインナップ。

NEW **Ange Lou**
アンジェ ルー
[インナー]TEL. 06-6644-2615
ワコールサルートなどのブランドやプチプライスでかわいいインナーなど豊富に揃えて。

NEW **CLĀTHAS**
クレイサス
[レディス]TEL. 06-6644-2761
"いつもかわいい大人でありたい"女性の、キュートでエレガントなワードローブを提案。



CITY DINING 【シティ ダイニング】

話題のカフェから
こだわりの名店まで、毎日に美味しいをご提供。

shakers + SOZ
ーズ カフェ ラウンジ
レストラン]TEL. 06-6633-4344
ブレイン「SOZ」の手による斬新なイン
間の中で、シェーカーズスタイルを自負す
ナルフードとドリンクをご提供。

NEW 粋・焼肉 鶴兆 ～Old castle～
粋・焼肉 鶴兆 ～Old Castle～
[焼肉]TEL. 06-6644-2935
上質な素材や料理の味はもちろん、女性でも入りやすい空間の焼肉店。

中国名菜 銀座アスター 10/6 OPEN
銀座アスター
[中華料理]TEL. 06-6644-2758
北京、上海、四川、広東と中国四大料理が味わえ、2名から楽しめるコース・套菜(タオツァイ)も人気。

NEW **BAQET** BAKERY RESTAURANT
バケット
[ベーカリーレストラン]TEL. 06-6644-2903
メイン料理をセレクトし、それに加えてバイキング形式で種類豊富な焼きたてパンを味わえます。

NEW まかない包丁
まかない包丁
[和食ダイニング]TEL. 06-6644-2946
漁港から直送する鮮魚や季節の食材を使った、和風ベースの料理を味わえます。

NEW OPEN

本館1F.パティスリープラザーズ
[洋菓子]TEL. 06-6644-2783
元和食の料理人のシェフとオーナー3兄弟による、新鮮な驚きと美味しさが楽しめるスイーツの数々。

10月中旬 OPEN
本館B2.コムサステージ
[メンズ]TEL. 06-6644-2713
多彩なウエアを取り揃えた、全国初となる新コムサブランドがなんばCITYに登場。



なんばCITY 本館1F

【オープニング イベント】

Opening Event

「アンミカ」ファッション・トークショー



レクションをはじめとするファッションショーやCM、映画出演と幅広く活躍する、モデルの「アン ミカ」さん
ばCITYに登場。日頃のファッションやプライベートについてのトーク。今シーズンのコーディネート
ートもご紹介します。

10.16.fri 19:00~20:00 場所 なんばCITY 本館1F「シェーカーズ カフェ ラウンジ」店内

項:当日、「ファッションプラザ」及び「CITY DINING」の対象店舗でのご利用金額1万円以上のレシート(複数店舗合算可)をご提示の方、先着40名様にトークショー鑑賞券をプレゼント
ます。「アン ミカさんお勧めドリンク」と「カンノーリ」をお召し上がりいただきながらトークショーをお楽しみいただけます。※鑑賞券は、当日17:00よりシェーカーズ カフェ ラウンジ前にて配布させていただきます。

ファッションプラザ限定 10% 還元フェア

10/ 16fri. 17sat. 18sun.
上記ファッションプラザ17店舗に限り5,000円お買い上げごとに、500円の「ファッションプラザ GIFT CARD」をプレゼント!!
ミナピタカード(5%OFF※)を使うと… 最大15%還元
※1回払い(ボーナス一括払いを除く)に限ります。

なんばCITY 〒542-0076 大阪市中央区難波5-1-60 TEL. 06-6644-2960 ショッピング街 10:00~21:00 レストラン街 10:00~22:00(一部店舗は早朝・深夜営業あり) http://www.nambacity.com

NEXT ISSUE

欲しいのはボリューム? 大切なのは形?

おもわず触りたくなる美乳と美尻の条件



女子の憧れ美乳No.1!
ほしの あきのマシュマロボディの秘密

美乳のカギは肩甲骨にあり
毎日5分でうっとりおっぱいに

吉丸美枝子さんが教えてくれた
会社でも通勤中でも、寝ている間も!?
24時間★美乳づくりスケジュール

「一生ものの美乳」は
サロンのうっとりマッサージで!!

骨盤もくびれも、カンタン矯正!
3週間で作る"まあるい"ヒップ

「こうだったらいいな♡」を即実現!
夢を叶える、最強ランジェリーたち

イケメン76人の本音大調査
巨乳より美乳? 胸よりも顔なの?
オトコのこだわり&妄想を知りたい

「若いから平気」じゃないんです!
今こそ知っておきたい、乳がんの真実

垂れさせない! 萎ませない…etc
バスト&ヒップの素朴な不安23

第2特集

独占書き下ろしエッセイも掲載

村上春樹の世界

an·an 次号のアンアンは 10/14 水曜日発売! No.1680

バックナンバーはお近くの書店もしくはマガジンハウスオンラインショップにてお買い求めください。http://www.magazinehouseshop.jp/
バックナンバーは携帯電話からも購入できます。http://magazinehouseshop.jp/m/

定期購読はこちらでも申し込めます。
㈱富士山マガジンサービス 0120-223223
http://www.fujisan.co.jp/anan

どこですか? ヌーディストビーチ。

急に痩せたら、いちばんの心配は、何といっても弛みですね。首は、そりゃあもう気をつけて、朝晩高い栄養クリームでマッサージ。

そして太ももが、たっぷんたっぷんしてきたので、暇さえあればここもマッサージしているが、なんかやたらハマってしまってコワイ。以前エステでやってもらった手順で、見よう見まねでやっているのであるが、なにしろ太ーい私のもも。うんと力を込めて上から下へおろし、リンパの通っているところは下から上へ持ち上げる。テレビを見ながらもするし、本を読みながらもする。ボディクリーム200グラムは、五日で使ってしまう。うちの夫は、

「テレビのリモコンにクリームがいっぱいついているじゃないかッ」

と怒ってるが気にしない。

とにかく朝、仕事の資料を見ながらマッサージ、夜はテレビを見ながらマッサージ、やり始めるとやみつきになる。わがお肉ながら、こんなに手ごたえがあり、ものすごい量のものをもみ出すのは面白い。

おかげで太ももがすべすべ。本当にシルクの手触りになった。女友だちに向かっては、

「ね、見て、見て、触って」

と、すぐスカートをたくし上げるようなヘンタイめいたことをする私である。が、彼女たちも一様に驚く。

「えー、人間の肌って、こんなにすべすべし

本当なら男の人に触ってもらい、同じような感想を言ってもらいたいものだ。切に願う。

男の人に触ってもらったといえば、あれは何年か前、すごい有名人の男の人（芸能人ではない）とお酒を飲み、彼を囲んで記念写真を撮ったことがある。私が傍にべったり座り、キャッキャッとなれなれしく腕を組んだら、その人ったら、私の太ももを撫でまわすではないか。世間では、うんと立派な人として通っているのに意外であった。まあ、私も太ももぐらいで騒ぎ立てるようなトシでもなく、そのことは自慢話のひとつとして終わった。

その日も私は、指にうんと力を込め、よっこらしょと、私 太ももをマッサージクリームでひき[illegible]いた[illegible]読んでいるのは、私のブログのファンサイトへの書き込みである。プロバイダーの人か、プリントして送ってくれるのだ。なんかさ、私のダイエットに関して、批判的な声がちらほら。

「グラマーなマリコさんが好きだったのに、痩せてがっかり」

なんていうのはまだ可愛いんだけど、

「薬で痩せて、そんなに嬉しいですか。なんか悲しくなります」

なんてのも、ちょっとむかつく。食欲抑制剤を使うのは初期のうちだけで、あとでもらうのは、代謝をよくするやつと、脂肪をカットするサプリ。皆さんもよく飲んでるやつですよ。



絵と文 林 真理子

No.591

「そんなことまで」

さらに力を込めてマッサージする私である。そしてこの頃は二の腕も強くやるようになった。ノースリーブを着たいからだ。

秋や冬にノースリーブを着ると、女ぶりがすごく上がる。いかにもおしゃれな人、という感じだ。

東京はパーティシーズンにも入ったが、オペラシーズンでもある。今年の話題は、何といっても、ミラノ・スカラ座の引越し公演。私は「アイーダ」と「ドン・カルロ」の二枚を買った。S席じゃないのに一枚九万円もするけれど、これほどダイナミックな舞台を観れば当然という感じもする。何十人という歌手が、古代エジプトの豪華な舞台装置の前で歌う。ものすごい人気で、NHKホールは三階席までいっぱいであった。

私はうんとおしゃれをしていくつもりだったのだが、その前に講演会があり、スーツ姿なのが残念であった。

が、あさっては「ドン・カルロ」である。このあいだ買ったロエベの、シルクの青いワンピースを着ていくつもり、ウエストのところに大きなリボンがついていて、ものすごくかわゆい。こうゆうのが難なく着られるようになったんだから、

「そんなことまでして」

も嬉しいわよッ！

オペラは早い時間に終わるので、そのままパーティにも出る予定で。昨年作っといたミ

とは、仲のいい友人とお食事をするつもり。銀座の割烹にしようか、それとも青山のイタリアンにしようかと、あれこれ思案する私である。

なんてことを書いてたら、秘書のハタケヤマが銀行から帰ってきた。

「ハヤシさん、いろいろ振り込んできたら、もう今月それだけです。原稿料振り込まれるまで、それでやりくりしてくださいね」

通帳には涙が出るような数字が……。

ところで二十代の人に、これからいちばんやりたいことはとアンケートし、「貯金」が第一位となり、心底驚いた。お金は大切であるが、素敵なものを着たり見たりするのは、もっと大切。そう思って今まで生きてきた私である。文化の秋に、なんかひとつ買うか、



式ブログ「林真理子のあれもこれも日記」のURLが変わりました。
しいURLは、http://hayashi-mariko.kirei.biglobe.ne.jp/ こちらもあわせてチェック！



リアル・クローズ
Real Clothes
10.13～毎週火曜よる10時
初回のみ
10時10分スタート
香里奈　西島秀俊　高岡蒼甫　加藤夏希　能世あんな　真野裕子　えれな　南明奈　IMALU・小泉孝太郎・黒木 瞳
原作：槇村さとる『Real Clothes（リアル・クローズ）』（集英社刊）　脚本：大島里美　主題歌：坂詰美紗子（rhythm zone）
音楽：野崎良太（Jazztronik）　演出：白木啓一郎（関西テレビ）本橋圭太　制作協力：ホリプロ　制作著作：関西テレビ
フジテレビ
関西テレビ
http://ktv.jp/real-clothes

o.1679 an·an
2009年10月14日発行 第40巻第39号 昭和45年3月23日第三種郵便物認可 発行・編集人／熊井昌広
〒104-8003東京都中央区銀座3-13-10 編集部☎03-3545-7050 受注センター☎049-275-1811
マガジンハウス



4910204821096
00352
定価370円 本体352円 雑誌20482-10/14 Printed in Japan